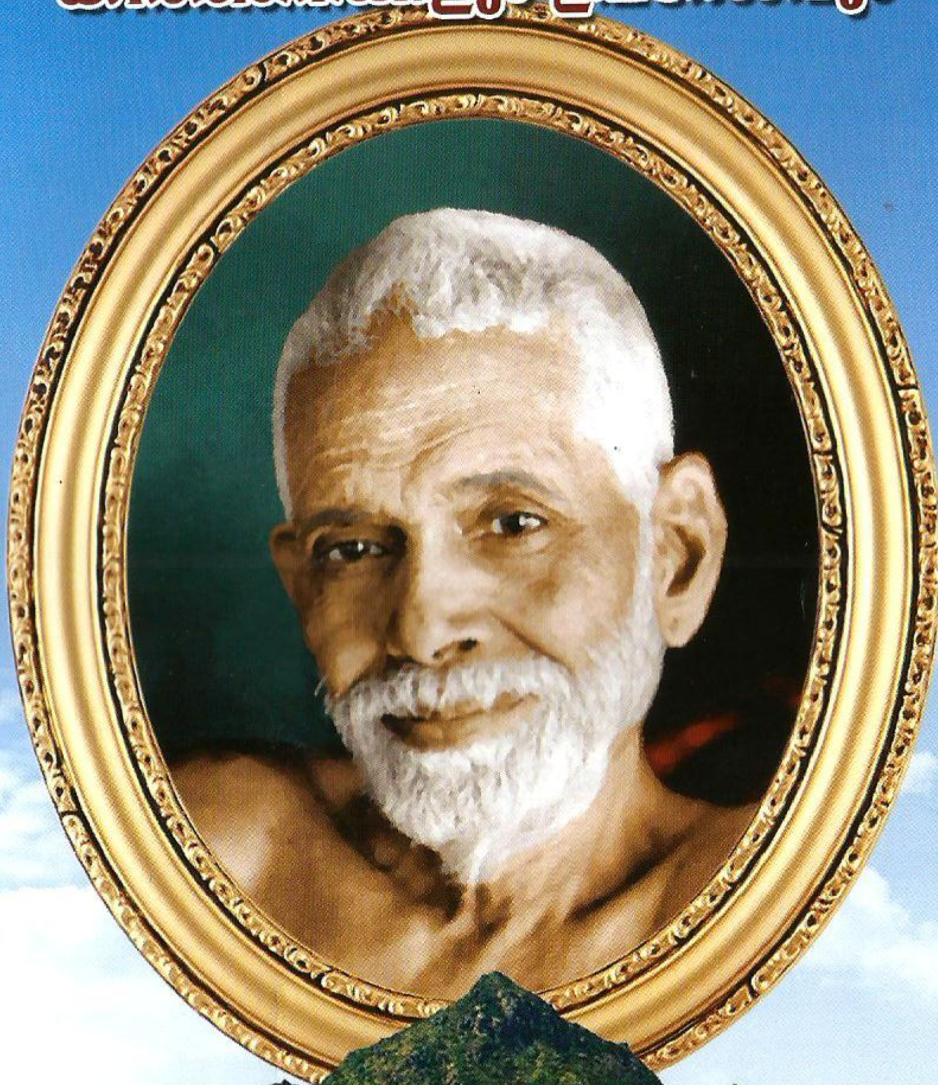


ഓം നമോ ഭഗവതേ ശ്രീ രമണായ

ശ്രീരമണമഹർഷി

കീർത്തനങ്ങളും ഉപദേശവും



ശ്രീരമണ സദ്സംഗവേദി, മലമ്പുഴ.

FOR PRIVATE CIRCULATION ONLY

Sree Ramanamaharshi
Keerthanangalum Upadesavum
(MALAYALAM)

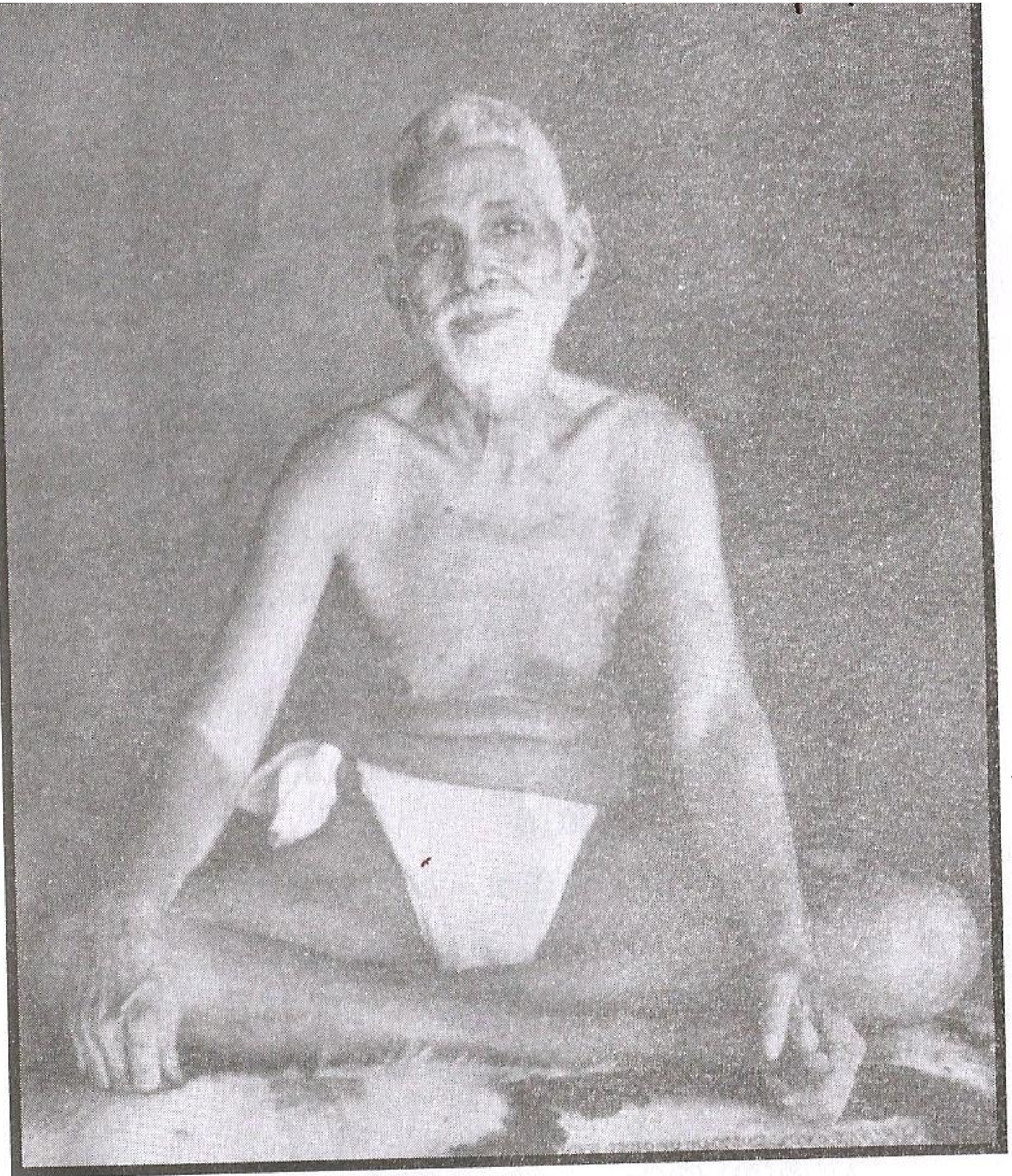
Published by K. Pazhaniappan
President, Sri Ramana Sadsanga Vedi

Sri Ramana Sadsanga Vedi
"Ramanasmrithi", Sastha Colony,
Malampuzha, Palakkad - 678 651.
Phone : 09496294219

ശ്രീരമണ സദ്സംഗവേദി, മലമ്പുഴ, പാലക്കാട് – 678651

Printed at : Colours of M.V.Press, Palakkad.

First Edition	:	2004 (2000 copy Free Distribution)
Second Edition	:	2009 (1000 copy Free Distribution)
Third Edition	:	2016 (1000 copy Free Distribution)



ശ്രീ രമണമഹർഷി



മാതൃസ്മരണയിൽ

(മകൻ ശ്രീ.കെ.പഴനിയപ്പൻ)



ലക്ഷ്മിഅമ്മ



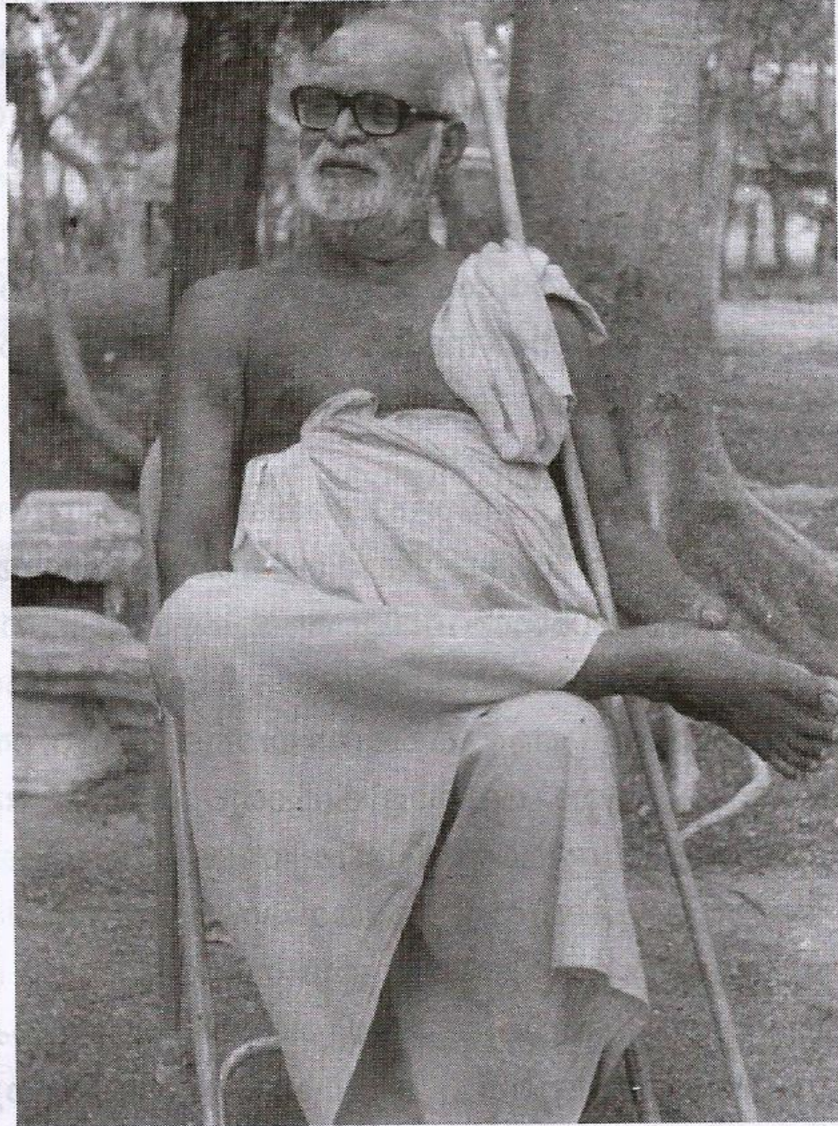
ഗുരുസ്മരണയിൽ



പൂജനീയ സ്വാമി സുരേശാനന്ദ



ഗുരുസ്മരണയിൽ



പൂജനീയ കുഞ്ഞുസ്വാമി

ആമുഖം

ഭഗവാൻ ശ്രീരമണമഹർഷിയുടെ സ്വന്തം കരങ്ങളാൽ രചിക്കപ്പെട്ട കീർത്തനങ്ങളാണ് അക്ഷരമണമാലയും ഉപദേശസാരവും. അത്യുന്നതങ്ങളായ വേദാന്ത തത്വങ്ങളെ സുലളിതങ്ങളായ പദാവലികളിൽ കോർത്തിണക്കപ്പെട്ട ഈ ഗാനരത്നങ്ങൾ സാധകന്മാർക്കു നിത്യപാരായണത്തിനും മനനത്തിനും ഉതകുന്നവയാണ്. അക്ഷരമണമാലയെ നിത്യ പാരായണത്തിലൂടെ ഹൃദിസ്ഥമാക്കണമെന്ന് കുഞ്ചുസ്വാമിജി നിർദ്ദേശിച്ചപ്പോൾ ഉപദേശസാരത്തെ രമണോപനിഷത്തെന്നും സർവ്വവേദാന്ത സാരസർവ്വസ്വമെന്നും സുരേശാനന്ദസ്വാമിജി വിശേഷിപ്പിച്ചു. പണ്ഡിതശ്രേഷ്ഠനും വേദാന്ത കേസരിയുമായ പ്രൊഫ.ജി. ബാലകൃഷ്ണൻ നായർ അവർകളുടെ ആശംസ ഈ കൃതികൾക്ക് ഒരു തിലകകുറിയായി തിളങ്ങുന്നു.

ഈ കൃതികളെ നിത്യപാരായണം ചെയ്യുന്നവർക്കു ഭൗതികവും ആത്മീയവുമായ എല്ലാ അഭിവൃദ്ധിയുമുണ്ടാകു മെന്നതിന് യാതൊരു സംശയവുമില്ല. അതുകൊണ്ട് ദിവസവും കുറച്ചു സമയം ഈ കീർത്തനങ്ങളുടെ പാരായണത്തിനായി നീക്കിവക്കണമെന്ന അഭ്യർത്ഥനയോടെ അനന്തകോടി പ്രണാമങ്ങളോടെ എല്ലാ മലയാളികൾക്കും വേണ്ടി ഭക്ത്യാദര പുരസ്സരം ഭഗവാൻ ശ്രീരമണമഹർഷിയുടെ പാദപത്മങ്ങളിൽ ഈ കൃതിയെ സമർപ്പിക്കുന്നു. അതോടൊപ്പം ഭഗവദ്ചിന്തയുടെ മാർഗ്ഗദീപം എന്നിൽ തെളിയിച്ച ഗുരുശ്രേഷ്ഠന്മാരുടെ സ്മരണ നിലനിർത്താനായി അവരുടെ ചിത്രങ്ങൾ പുസ്തകത്തിൽ ആലേഖനം ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. അവരുടെ എല്ലാവരുടെയും സ്മരണയ്ക്കുമുൻപിൽ നമോവാകം അർപ്പിക്കട്ടെ.

ഹരിഓം



ശ്രീ. കെ. പഴനിയപ്പൻ

ആശംസ

സാക്ഷാൽ ബ്രഹ്മം തന്നെയായി വർത്തിച്ചിരുന്ന ഋഷീശ്വരനായിരുന്നു ശ്രീ രമണമഹർഷി. അദ്ദേഹത്തിന്റെ അരുളപ്പാടുകളെല്ലാം ശുദ്ധമായ ബ്രഹ്മാനുഭവം പകർന്നു നൽകാൻ കരുത്തുള്ളവയാണ്. അങ്ങനെയുള്ള രണ്ടു വചനാമൃതങ്ങളാണ് ഉപദേശസാരവും അക്ഷരമണമാലയും. അവ പ്രസിദ്ധീകരിക്കാനുള്ള ശ്രീ രമണസദ്സംഗവേദിയുടെ പരിശ്രമം അത്യന്തം ശ്ലാഘനീയമാണ്. അക്കാര്യത്തിൽ ഭഗവാന്റെ അതിരറ്റ അനുഗ്രഹം ഉണ്ടാകുമെന്ന കാര്യത്തിലും സംശയമില്ല. ഈ വിഷയത്തിൽ ഞാൻ എന്റെ ഹൃദയം തുറന്ന ആശംസകൾ അർപ്പിക്കുന്നു.

എന്ന്,

പ്രൊഫ. ജി.ബാലകൃഷ്ണൻ നായർ
ശിവാരവിന്ദം, പാൽക്കുളങ്ങര,
തിരുവനന്തപുരം.

തിരുവനന്തപുരം.

5.10.2007

പ്രസ്താവന

ആധുനിക യുഗത്തിലെ സ്ഥിതപ്രജ്ഞനും ഒരേ സമയം ജ്ഞാനിയും ഭക്തനും യോഗിയുമൊക്കെയായ ഭഗവാൻ ശ്രീ രമണമഹർഷിയുടെ സ്തുതികുസുമങ്ങളെ മലയാളികൾക്ക് സമർപ്പിക്കാൻ ഇതിനു മുൻപ് രണ്ടുതവണയും ശ്രീ രമണ സത്സംഗവേദി ശ്രമം നടത്തിയിട്ടുണ്ട്. തികച്ചും സൗജന്യമായി ഭക്തന്മാർക്ക് നൽകി ഭഗവത് കീർത്തനങ്ങൾ അവരെക്കൊണ്ട് പാടിക്കാൻ ശ്രീ പഴനിയപ്പൻ നടത്തുന്ന ഈ സംരംഭങ്ങൾ ഭഗവാനോടുള്ള അദ്ദേഹത്തിന്റെ നിസ്തുലമായ ഭക്തി ഒന്നുകൊണ്ട് മാത്രമാണ്.

അക്ഷരമണമാലയും ഉപദേശസാരവും ഇതിനു മുൻപുള്ള രണ്ടു പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങളിലൂടെ അദ്ദേഹം മലയാളികൾക്ക് പരിചയപ്പെടുത്തിക്കൊടുത്തെങ്കിൽ ഇത്തവണ ഭഗവത് വിരചിതമായ ഗീതാസാരം, സദ്ദർശനം, ഏകാത്മപഞ്ചകം ഭഗവാന്റെ ഗദ്യത്തിലുള്ള ഉപദേശം എന്നിവയും ശ്രീരമണ അഷ്ടോത്തരവും ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു.

ഇതുകൂടാതെ സംപൂജ്യ സുരേശാനന്ദ സ്വാമിജി പ്രസിദ്ധീകരിച്ച ജ്ഞാനഗാനവലിയിൽ നിന്നു ഭഗവത് സ്തുതികളായ അരുണാചലബ്രഹ്മം, എത്ര സുലഭമാണാത്മസാക്ഷാത്കാരം എന്നിവയും ചില മൂലമന്ത്രങ്ങളും ഗുരുവന്ദനവും ഇത്തവണത്തെ പ്രസിദ്ധീകരണത്തിൽ അദ്ദേഹം ഉൾക്കൊള്ളിച്ചിരിക്കുന്നു.

ജ്ഞാനസ്വരൂപനായ ഭഗവാന്റെ ഭക്തിപ്രഭാവത്തെക്കുറിച്ച് വെളിച്ചം വീശുന്നവയാണ് ഈ കൃതികളെല്ലാം. ഇവ ഭക്തിയോടെ പാരായണം ചെയ്യുന്നവർക്ക് ഭഗവത് കൃപാകടാക്ഷവും എല്ലാവിധത്തിലുള്ള അനുഗ്രഹവും ഉണ്ടാകുമെന്നുള്ളത് തീർച്ചയാണ്. അതിനായി ആത്മാർത്ഥമായി പ്രാർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഡോ. എ.സ്വാമിനാഥൻ
റിട്ടയേർഡ് പ്രൊഫസർ, സംസ്കൃത വിഭാഗം,
ഗവ.വിക്ടോറിയ കോളേജ്, പാലക്കാട്.

ഉള്ളടക്കം

മൂലമന്ത്രങ്ങൾ

1. ഓം ശ്രീം ഹ്രീം ക്ലീം ഗ്ലൗം ഗം
   ഗണപതയേ വരവരദ
   സർവ്വജനം മേ വശമാനയ
   സ്വാഹ
   (പൃത്ഥ്വീതത്ത്വം – മൂലാധാര ശുദ്ധി)

2. ഓം ശ്രീം മഹാലക്ഷ്മ്യൈ നമഃ
   (ജലതത്ത്വം – സ്വാധിഷ്ഠാനശുദ്ധി)

3. ഓം ഹ്രീം ശ്രീം ക്ലീം നമോ ഭഗവതി
   മാഹേശ്വരി അന്നപൂർണ്ണേ
   സ്വാഹ
   (അഗ്നിതത്ത്വം – മണിപൂരകശുദ്ധി)

4. ഓം നമോ ഭഗവതേ ദക്ഷിണാമൂർത്തയേ
   മഹ്യം മേധാം പ്രജ്ഞാം പ്രയച്ഛ
   സ്വാഹ
   (വായുതത്ത്വം – അനാഹത ശുദ്ധി)

5. ഓം ഭൂർഭുവഃ സ്വഃ തത്സവിതുർവരേണ്യം
   ഭർഗ്ഗോ ദേവസ്യ ധീമഹി ധിയോയോ
   നഃ പ്രചോദയാത്
   (ആകാശതത്ത്വം – വിശുദ്ധിശുദ്ധി)

6. ഓം നമോ നാരായണായ
(മനസ്തത്ത്വം – ആജ്ഞാശുദ്ധി)

7. ഓം ഹ്രീം നമഃശിവായ
(ശിവതത്ത്വം – സഹസ്രാരശുദ്ധി)

8. ഓം വചദ് ഭുവേ നമഃ

ശ്രീ ഗുരുവന്ദനം

ഓം ഗുരുർബ്രഹ്മാ ഗുരുർവിഷ്ണുഃ
ഗുരുർദേവോ മഹേശ്വരഃ
ഗുരുഃസാക്ഷാത് പരംബ്രഹ്മ
തസ്മൈ ശ്രീ ഗുരവേ നമഃ

അഖണ്ഡമണ്ഡലാകാരം
വ്യാപ്തം യേനചരാചരം
തത്പദം ദർശിതം യേന
തസ്മൈ ശ്രീ ഗുരവേ നമഃ

ബ്രഹ്മാനന്ദം പരമസുഖദം കേവലം ജ്ഞാനമൂർത്തിം
ദ്വന്ദ്വാതീതം ഗഗനസദൃശം തത്വമസ്യാദിലക്ഷ്യം
ഏകം നിത്യം വിമലമചലം സർവ്വധീ സാക്ഷിഭൂതം
ഭാവാതീതം ത്രിഗുണരഹിതം സദ്ഗുരും തം നമാമി.

ശ്രീ അരുണാചല അക്ഷരമണമാല

ഉത്പത്തി

ഭഗവാന്റെ എല്ലാ കൃതികളും ഹൃദയത്തിൽ നിന്നും അനർഗ്ഗളമായി പ്രവഹിച്ചതോ എളിമയാർന്ന ഭക്തന്മാരുടെ നിരന്തരമായ പ്രാർത്ഥനയുടെ ഫലമായി രചിക്കപ്പെട്ടതോ ആണ്.

അത്തരത്തിൽ ഉദ്ഭവിച്ച് ഭക്തന്മാരെ അനുഗ്രഹിച്ച ആദ്യത്തേതും ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ടതുമായ ഒരു കൃതിയാണ് അക്ഷരമണമാല.

ഭഗവാന്റെ അമ്മ സ്കന്ദാശ്രമത്തിലെത്തിയതോടെയാണ് ആശ്രമത്തിൽ ദിനംപ്രതിയുള്ള പാചകമാരംഭിച്ചത്. അതിനു മുൻപ് സാധുക്കളായ ഭഗവാന്റെ ഭക്തന്മാർ, ഭിക്ഷാടനത്തിലൂടെ ഗൃഹസ്ഥന്മാർ നൽകുന്നതും നഗരത്തിലുള്ള പൊതു അന്നസത്രങ്ങളിൽ നിന്നു ലഭിക്കുന്നതുമാണ് ആഹാരമായി എല്ലാവർക്കും വിളമ്പിയിരുന്നത്. ഈ ഭക്തന്മാർ ബ്രാഹ്മണ സ്വാമിയുടെ ആൾക്കാരാണെന്നു മനസ്സിലാക്കിയതോടെ വീട്ടമ്മമാർ അവർക്ക് ധാരാളമായി ആഹാരം നൽകിത്തുടങ്ങി. ഇതറിഞ്ഞ നഗരത്തിലെ ഏതാനും സംന്യാസിമാർ ഭഗവാന്റെ ഭക്തന്മാർ വരുന്നതിനു മുൻപായി വീടുകളിൽ ചെന്ന് തങ്ങൾ ബ്രാഹ്മണസ്വാമിയുടെ ഭക്തന്മാരെന്ന് ഭാവിച്ച് ഈ ആനുകൂല്യം തട്ടിയെടുത്തിരുന്നു. ഇതൊഴിവാക്കാനായി ഭഗവാന്റെ ഭക്തന്മാർക്ക് തങ്ങളാണ് ബ്രാഹ്മണസ്വാമിയുടെ യഥാർത്ഥ ഭക്തന്മാർ എന്നറിയിക്കാൻ പര്യാപ്തമായ ഒരു സ്തുതിഗീതം ആവശ്യമായിവന്നു. ഇക്കാര്യം അവർ ഭഗവാനോടുണർത്തിച്ചു. തങ്ങൾ നഗരത്തിൽ ഭിക്ഷയാചിച്ചു പോകുമ്പോൾ പാടാനായി ഒരു ഗീതം രചിച്ചുതന്നാൽ ഉപകാരമായിരുന്നു എന്ന് ഭഗവാനോട് അവർ യാചിച്ചു. ഭഗവാനാകട്ടെ, നിതാന്തമായ മൗനത്തിൽ, ഞാനെന്ന ഭാവത്തിന്റെ കണിക പോലുമില്ലാതെ, അമർന്നിരിക്കുകയായിരുന്നു. അതുകൊണ്ടുതന്നെ അത്തരമൊരു കാര്യത്തിനു പ്രേരിതനാവുക അസാദ്ധ്യവുമായിരുന്നു.

– മഹത്തായ **തേവാരവും തിരുവാചകവുമൊക്കെ** ഉള്ളപ്പോൾ പുതിയ ഒരു സ്തുതി എന്തിന് ? എന്ന് തിരിച്ചുചോദിച്ച് ഭഗവാൻ മൗനത്തിലാണ്ടു. ഭക്തന്മാർ അവരുടെ

ആവശ്യം വീണ്ടും വീണ്ടും ഉന്നയിച്ചെങ്കിലും ഭഗവാൻ അതിനു വഴങ്ങുന്ന ലക്ഷണമൊന്നും പ്രദർശിപ്പിച്ചില്ല.

പക്ഷെ അധികം താമസിയാതെ ഭക്തന്മാരുടെ ആഗ്രഹം സഫലമാകുന്ന മുഹൂർത്തം ഈശ്വരാനുഗ്രഹത്താൽ സമാഗതമായി. ഒരു ദിവസം ഭഗവാൻ ഗിരിപ്രദക്ഷണത്തിനു പുറപ്പെട്ടപ്പോൾ ഒരു ഭക്തൻ കടലാസും പെൻസിലുമായി ഭഗവാനെ അനുഗമിച്ചു, ഭഗവാൻ ഒരു സ്തുതി രചിച്ച് അനുഗ്രഹിക്കുമെന്ന പ്രതീക്ഷയോടെ.

അരുണാചലത്തെക്കുറിച്ച് തന്റെ ഉള്ളിൽനിന്നും പൊന്തിവന്ന അനിർവചനീയമായ അനുഭൂതിയെ ഭഗവാൻ ഒരു സ്തുതിരൂപത്തിൽ ഭക്തൻ കൊണ്ടുവന്ന കടലാസ്സിൽ രചിക്കാനാരംഭിച്ചു. കുട്ടിക്കാലം തൊട്ടുതന്നെ അരുണാചലം എന്ന നാമത്തിൽ തന്റെ ഹൃദയം തുടികൊട്ടിയിരുന്നു. അതുകൊണ്ടുതന്നെ തന്റെ ഹൃദയത്തിൽ നിന്നും സ്തുതി രൂപത്തിൽ ആദ്യം പൊട്ടിപ്പുറപ്പെട്ട അനുഭൂതിയിൽ കുതിർന്ന വാക്കും അതുതന്നെയായി.

ശാന്തവും ഏകാന്തവുമായ അരുണാചലത്തിന്റെ തരുച്ഛായ നിറഞ്ഞ താഴ്‌വരയിൽ തന്റെ ഹൃദയത്തിന്റെ അടിത്തട്ടിൽ മധുരോദാരമായ ശാന്തിയിൽ അരുണാചലേശ്വരനോടുള്ള തന്റെ പ്രേമഭക്തി അദ്വൈതാനുഭൂതിയിൽ കലാശിച്ച്, വരനിൽലയിച്ച വധുവിന്റെ വികാരവായ്പിൽ കൊരുത്തതാണ് ശ്ലോകരൂപ ത്തിലുള്ള ഈ വരണമാല്യം. വധുവിന്റെ ദിവ്യാനുഭൂതിയിൽ കുതിർന്ന ഭാവചിത്രങ്ങളെക്കൊണ്ടു സംപുഷ്ടമാണ് ഇതിലെ ഓരോ ശ്ലോകവും. അവ ഉദാത്തമായ ഒരനുഭൂതിതലത്തി ലെത്തിനിൽക്കുന്ന ഭാവഭക്തിയുടെ ശക്തമായ വൃഷ്ടിപാത ങ്ങളാണ്. ഈ ശ്ലോകങ്ങളുടെ രചനാവേളയിൽ അടക്കാ നാവാത്ത ഭക്തിപ്രകർഷത്തിന്റെ ആനന്ദാനുഭൂതിയിൽ ഭഗവാന്റെ ഉള്ളിൽ ഉറഞ്ഞു കൂടിയ ആനന്ദാശ്രുക്കൾ ആ കണ്ണുകളിൽ നിന്ന് ധാരധാരയായി പ്രവഹിച്ച് കാഴ്ചയെ മറയ്ക്കുകയും എഴുതിക്കൊണ്ടിരുന്ന കടലാസ്സിൽ പതിച്ച് അക്ഷരങ്ങളെ അവ്യക്തമാക്കുകയും ചെയ്തു.

ഭഗവാൻ തന്നെ ഒരുവേള അദ്ഭുതം കൂറി – എവിടെ നിന്നാണാവോ ഈ കണ്ണീർ പ്രളയം ?

ഗിരിപ്രദക്ഷിണപാതയിൽ അവിടവിടെ ഇരുന്ന് ഈ

അനുഭൂതി പ്രവാഹത്തെ നൂറ്റിയെട്ടു ശ്ലോകങ്ങളിലൂടെ ഭഗവാൻ പൂർത്തീകരിച്ചു. സത്യത്തിൽ ഇത് 108 മന്ത്രങ്ങളാണ്. ശക്തിമത്തായ ഭഗവത് പ്രേമത്തിന്റെയും ഉന്നതമായ വേദാന്താശയങ്ങളുടെയും പൂക്കൾ കൊണ്ട് കൊരുത്ത മനോഹരമായ ശ്ലോകങ്ങളുടെ ഒരു മാല.

പിന്നീട് പലപ്പോഴും ഈ ശ്ലോകങ്ങളുടെ അർത്ഥഗാംഭീര്യം എത്രമാത്രമുണ്ടെന്ന് ഭഗവാനിൽ നിന്നുതന്നെ കേൾക്കണമെന്ന് ഭഗവാനോട് പ്രാർത്ഥിച്ചപ്പോഴൊക്കെ – അർത്ഥം നിങ്ങൾക്കു തന്നെ വിസ്തരിച്ചുകൂടെ – നിങ്ങളെപ്പോലെ എനിക്കും അവയെക്കുറിച്ച് ആഴ്ന്നു ചിന്തിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഇതിന്റെയൊക്കെ അർത്ഥത്തെക്കുറിച്ച് ആലോചിച്ചതിനുശേഷം എഴുതിയതാണെങ്കിൽ വേഗംതന്നെ പറഞ്ഞുതരാമായിരുന്നു. പക്ഷെ അങ്ങനെയല്ല, അവ എന്നിൽ നിന്നുതന്നെ അറിയാതെ പ്രവഹിക്കുകയായിരുന്നു. – ഇത്രയും പറഞ്ഞ് ഒരു പുഞ്ചിരിയോടെ ഭഗവാൻ വീണ്ടും മൗനത്തിലേക്ക് ആഴ്ന്നിറങ്ങി.

പ്രേമഭക്തിയുടെ പാരമ്യമാണ് ഈ കൃതി. ഈ ചരിത്ര പശ്ചാത്തലത്തിൽ നിന്നുതന്നെ അരുണാചലശിവൻ തന്നെയാണ് ഇതിന്റെ കർത്താവെന്നു വ്യക്തമാകുന്നു. ഈ സ്തുതിയും ഇത് ആലപിക്കുന്ന വ്യക്തിയും ഇതിന്റെ ശ്രോതാവും അരുണാചലമല്ലാതെ മറ്റാരുമല്ല.

പലപ്പോഴും ഈ ശ്ലോകങ്ങളുടെ അർത്ഥം വിശദമാക്കി ത്തരുവാൻ അപേക്ഷിക്കുമ്പോൾ – ഇതാവർത്തിച്ച് പാരായണം ചെയ്യുക, അതുതന്നെ ഇതിന്റെ അർത്ഥം – എന്നാണ് ഭഗവാൻ പറയാറുള്ളത്.

ഡോ. എ.സ്വാമിനാഥൻ

ഓം

അരുണാചലഅക്ഷരമണമാലൈ

തരുണാരുണമണി കിരണാ വലിനികർ
തരും അക്ഷരമണ മകിഴ്മാലൈ
തെരുണാടിയ തിരുവടിയാർ തെരുമരൽ
തെളിയപ്പരവുതൽ പൊരുളാക
കരുണാകരമുനി രമണാരിയൻ ഉവ-
ഗൈയിനാർ ചൊലിയതു ഗതിയാക
അരുണാചലം എനഅകമേ അറിവൊടും
ആഴ്വാർ ശിവനുലകാൾവാരേ

അരുണാചല വരർക്കു ഏറ്റ അക്ഷര മണമാലൈ ശാറ്റ
കരുണാകര ഗണപതിയേ കരം അരുളിക്കാപ്പായേ !

അരുണാചലശിവ അരുണാചലശിവ
അരുണാചലശിവ അരുണാചലാ
അരുണാചലശിവ അരുണാചലശിവ
അരുണാചലശിവ അരുണാചലാ

1. അരുണാചലമെന അകമേ നിനൈപ്പവർ
അഹത്തൈ വേരറുപ്പായ് അരുണാചലാ (അ)

2. അഴക് സുന്ദരം പോൽ അകമും നീയുംമുറ്റ്
അഭിന്നമായ് ഇരുപ്പോം അരുണാചലാ (അ)

3. അകം പുകുന്തീർത്ത് ഉൻ അകഗുഹൈ ശിറൈയായ്
അമർവിത്തത് എൻ കൊൽ അരുണാചലാ (അ)

4. ആരുക്കാവെനൈആണ്ടനൈഅകറ്റിടിൽ
അഖിലം പഴിത്തീടും അരുണാചലാ (അ)

5. ഇപ്പഴി തപ്പുനൈഏൻ നിനൈപ്പിത്തായ്
ഇനിയാർ വിടുവാർ അരുണാചലാ (അ)

6. ഈൻട്രിടും അന്നൈയിൻ പെരിതരുൾ പുരിവോയ്
ഇതുവോ ഉനതരുൾ അരുണാചലാ (അ)

7. ഉനൈയേമാറ്റി ഓടാതുളത്തിൻ മേൽ
ഉറുതിയായ് ഇരുപ്പായ് അരുണാചലാ (അ)

8. ഊർ ശുറ്റ് ഉളം വിടാത് ഉനൈക്കണ്ട് അടങ്കിട
ഉൻ അഴകൈക്കാട്ടരുണാചലാ (അ)

9. എനൈഅഴിത്ത് ഇപ്പോത് എനൈ കലവാവിടിൽ
ഇതുവോ ആൺമൈ അരുണാചലാ (അ)

10. ഏനിന്ത ഉറക്കം എനൈപ്പിററിഴുക്ക
ഇത് ഉനക്കഴകോ അരുണാചലാ (അ)

11. ഐംപുലക്കൾവർ അകത്തിനിൽ പുകുമ്പോത്
അകത്തിൽ നീയിലൈയോ അരുണാചലാ (അ)

12. ഒരുവനാം ഉന്നൈ ഒളിത്ത് എവർ വരുവാർ
ഉൻ ശൂതേയിതു അരുണാചലാ (അ)

13. ഓങ്കാരപ്പൊരുൾ ഒപ്പുയർവില്ലോയ്
ഉനൈയാരറിവാർ അരുണാചലാ (അ)

14. ഔവൈപോൽ എനക്കുൻ അരുളൈത്തന്തെനൈ
ആളുവതുൻ കടൻ അരുണാചലാ (അ)

15. കണ്ണുക്ക് കണ്ണായ് കണ്ണിൻറി കാൺ ഉനൈ
കാണുവതെവർ പാർ അരുണാചലാ (അ)

16. കാന്തം ഇരുമ്പ്പോൽ കവർന്ത് എനൈ വിടാമൽ
കലന്ത് എന്നോടിരുപ്പായ് അരുണാചലാ (അ)

17. ഗിരിയുരു ആകിയ കിരുപൈ കടലേ
കൃപൈകൂർന്ത് അരുളുവായ് അരുണാചലാ (അ)

18. കീഴ്മേൽ എങ്കും കിളരൊളി മണിയെൻ
കീഴ്മൈയൈ പാഴ്ശെയ് അരുണാചലാ (അ)

19. കുറ്റമുറ്ററുത്തെനൈഗുണമായ് പണിത്താൾ
ഗുരു ഉരുവായൊളിർ അരുണാചലാ (അ)

20. കൂർവാൾ കണ്ണിയർ കൊടുമൈയിൽ പടാതരുൾ
കൂർന്തെനൈശേർന്തരുൾ അരുണാചലാ (അ)

21. കെഞ്ചിയും വഞ്ചിയായ് കൊഞ്ചമും ഇരങ്കിലൈ
അഞ്ചലെൻട്രേ അരുൾ അരുണാചലാ (അ)

22. കേളാതളിക്കും ഉൻ കേടിൽ പുകഴൈ
കേടു ശെയ്യാത് അരുൾ അരുണാചലാ (അ)

23. കൈയിനിൽ കനി ഉൻ മെയ്രസം കൊണ്ട്
ഉവഗൈ വെറി കൊള അരുൾ അരുണാചലാ (അ)

24. കൊടിയിട്ട് അടിയരൈ കൊല്ലുനൈകട്ടി
ക്കൊണ്ട് എങ്ങൻ വാഴ്വേൻ അരുണാചലാ (അ)

25. കോപമിൽ ഗുണത്തോയ് കുറിയായ് എന്നൈകൊള
കുറൈയെൻ ശെയ്തേൻ അരുണാചലാ (അ)

26. ഗൗതമർ പോറ്റും കരുണൈ മാ മലൈയേ
കടൈക്കണിത്താള്വായ് അരുണാചലാ (അ)

27. സകലമും വിഴുങ്കും കതിരൊളിയിനമന
ജലജം അലർത്തിയിട് അരുണാചലാ (അ)

28. ശാപ്പാടുന്നൈ ശാർന്തുണവായാൻ
ശാന്തമായ് പോവൻ അരുണാചലാ (അ)

29. ചിത്തം കുളിര കതിർ അത്തം വൈത്തമുത –
വായൈത്തിറ അരുൺമതി അരുണാചലാ (അ)

30. ചീരൈ അഴിത്ത് നിർവ്വാണമായ് ചെയ്തരുൾ
ചീരൈ അളിത്തരുൾ അരുണാചലാ (അ)

31. സുഖക്കടൽ പൊങ്ക ശൊല്ലുണർവടങ്ക
ചുമ്മാ പൊരുന്തിടങ്കരുണാചലാ (അ)

32. ശൂത്ചെയ്തെന്നൈ ശോതിയാത് ഇനിയുൻ
ജോതിയുരുക്കാട്ടരുണാചലാ (അ)

33. ചെപ്പടി വിത്തൈ കററ് ഇപ്പടി മയക്കുവിട്ട്
ഉരുപ്പടു വിത്തൈ കാട്ടരുണാചലാ (അ)

34. ശേരായ് എനിൻ മെയ് നീരായുരുകി കണ്ണ്
നീരാറ്റ്രഴിവേൻ അരുണാചലാ (അ)

35. ശൈയെനത്തള്ളിർ ശെയ്വിനൈച്ചുടുമലാൽ
ഉയ്വകൈ ഏതുരൈ അരുണാചലാ (അ)

36. ശൊല്ലാത് ശൊലി നീ ശൊല്ലറ നില്ലെന്ദ്ര്
ചുമ്മാ ഇരുന്തായ് അരുണാചലാ (അ)

37. ശോമ്പിയായ് ചുമ്മാ സുഖം ഉണ്ട് ഉറങ്കിടിൽ
ശൊൽ വേറെൻ ഗതി അരുണാചലാ (അ)

38. ശൗരിയം കാട്ടിനൈചഴക്കറ്റതെൻദ്രേന്ദ്
ചലിയാതിരുന്തായ് അരുണാചലാ (അ)

39. ജ്ഞമലിയിർ കേടാ നാനെൻ ഉറുതിയാൽ
നാടി നിന്നുറുവേൻ അരുണാചലാ (അ)

40. ജ്ഞാനമില്ലാതുൻ ആശൈയാൽ തളർവറ
ജ്ഞാനം തെരിത്തരുൾ അരുണാചലാ (അ)

41. ജ്ഞിമിറുപോൽ നീയും മലർന്തിലൈ എൻദ്രേ
നേർ നിൻട്രനൈയെൻ അരുണാചലാ (അ)

42. തത്തുവം തെരിയാതത്തനൈഉറ്റായ്
തത്തുവം ഇതുവെൻ അരുണാചലാ (അ)

43. താനേതാനേതത്തുവം ഇതനൈ
താനേകാട്ടുവായ് അരുണാചലാ (അ)

44. തിരുമ്പി അഹം തനൈദിനമകക്കണ്‍ കാൺ
തെരിയുമെൻറ്റനൈഎൻ അരുണാചലാ (അ)

45. ധീരമിൽ അകത്തിൽ തേടി ഉന്തനൈയാൻ
തിരുമ്പ ഉറ്റേനരുൾ അരുണാചലാ (അ)

46. തുപ്പറിവ് ഇല്ലാ ഇപ്പിറപ്പ് എൻ പയൻ
ഒപ്പിടവായേൻ അരുണാചലാ. (അ)

47. തുയ്മനംമൊഴിയർ തോയുമുൻ മെയ്യകം
തോയവേ അരുളെൻ അരുണാചലാ (അ)

48. ദെയ്വമെൻട്രുന്നൈ ശാരവേ എന്നൈ
ശേര ഒഴിത്തായ് അരുണാചലാ. (അ)

49. തേടാതുറ്റ നൽ തിരുവരുൾ നിധി അകത്ത്
ഇയക്കം തീർത്തരുൾ അരുണാചലാ (അ)

50. ധൈരിയമോട് ഉൻ മെയ്യക നാട യാൻ
തട്ടഴിന്തേൻ അരുൾ അരുണാചലാ (അ)

51. തൊട്ടരുൾ കൈ മെയ് കട്ടിടായെനിലിയാൻ
നട്ടമാവേൻ അരുൾ അരുണാചലാ (അ)

52. തോടമിൽ നീ അകത്തോടൊൻട്രി എൻട്രും
സന്തോഷമൊൻട്രിടവരുൾ അരുണാചലാ (അ)

53. നകൈക്കിടമിലൈ നിൻ നാടിയ എനൈഅരുൾ
നകൈയിട്ട് പാർ നീ അരുണാചലാ (അ)

54. നാണിലൈ നാടിട നാനായൊൻട്രി നീ
താണുവാ നിൻട്രനൈഅരുണാചലാ (അ)

55. നിന്നെരി എരിത്തെനൈനീറാക്കിടുമുൻ
നിന്നരുൾ മഴൈ പൊഴി അരുണാചലാ (അ)

56. നീനാനറപ്പുലി നിതങ്കളിമയമാ
നിൻട്രിട് നിലൈയരുൾ അരുണാചലാ (അ)

57. നുണ്ണുരു ഉനൈയാൻ വിണ്ണുരു നണ്ണിട
എണ്ണലൈയിറുമെൻ അരുണാചലാ (അ)

58. നൂലറിവറിയാ പേതൈയൻ എന്തൻ
മാലറിവറുത്തരുൾ അരുണാചലാ (അ)

59. നെക്ക് നെക്കുരുകിയാൻ പുക്കിട ഉനൈപുകൽ
നക്കനാ നിൻട്രനൈഅരുണാചലാ (അ)

60. നേശമിൽ എനക്ക് ഉൻ ആശൈയൈ കാട്ടി നീ
മോശം ചെയ്യാതരുൾ അരുണാചലാ (അ)

61. നൈന്തഴി കനിയാൽ നലനിലൈ പദത്തിൽ
നാടിയുട്കൊൾ നലം അരുണാചലാ (അ)

62. നൊന്തിടാതുന്തനൈതന്തെനൈകൊണ്ടിലൈ
അന്തകൻ നീയെനക്കരുണാചലാ (അ)

63. നോക്കിയേ കരുതി മെയ് താക്കിയേ പക്കുവം
ആക്കി നീ ആണ്ടരുൾ അരുണാചലാ (അ)

64. പറ്റിമാൽ വിടന്തലൈയുറ്റിറുമുനമരുൾ
പറ്റിട അരുൾപുരി അരുണാചലാ (അ)

65. പാർത്തരുൾ മാലറ പാർത്തിലൈ എനിനരുൾ
പാരുനക്കാർ ശൊൽവർ അരുണാചലാ (അ)

66. പിത്ത് വിട്ടുനൈനേർ പിത്തനാക്കിനൈഅരുൾ
പിത്തം തെളിമരുന്തരുണാചലാ (അ)

67. ഭീതിയിൽ ഉനൈശാർ ഭീതിയിൽ എനൈച്ചേർ
ഭീതി ഉൻതനക്കേൻ അരുണാചലാ (അ)

68. പുല്ലറിവ് ഏതു ഉറൈ നല്ലറിവേതു ഉറൈ
പുല്ലിടവേ അരുൾ അരുണാചലാ (അ)

69. പൂമണ മാമനം പൂരണ മണംകൊള
പൂരണ മണമരുൾ അരുണാചലാ (അ)

70. പെയർ നിനൈത്തിടവേ പിടിത്തിഴുത്തനൈഉൻ
പെരുമൈ യാരറിവാർ അരുണാചലാ (അ)

71. പേയ്ത്തനം വിട വിടാപ്പേയായ് പിടിത്തെനൈ
പേയനാക്കിനൈഎൻ അരുണാചലാ (അ)

72. പൈങ്കൊടിയാ നാൻ പറ്റിന്റ്രി വാടാമൽ
പറ്റ്ക്കോടായ് കാ അരുണാചലാ. (അ)

73. പൊടിയാൻ മയക്കിഎൻ ബോധത്തെ പറിത്തുൻ
ബോധത്തെ കാട്ടിനൈഅരുണാചലാ (അ)

74. പോക്കും വരവുമിൽ പൊതു വെളിയിനിലരുൾ
പോരാട്ടം കാട്ടരുണാചലാ (അ)

75. ഭൗതികമാമുടൽ പറ്റ് അറ്റ് നാളുമുൻ
പവിശ് കണ്ടുറവരുൾ അരുണാചലാ (അ)

76. മലൈ മരുന്തിട നീ മലൈത്തിടവോ അരുൾ
മലൈമരുന്തായൊളിർ അരുണാചലാ (അ)

77. മാനം കൊണ്ടുറുപവർ മാനത്തൈ അഴിത്തളി
മാനമില്ലാതൊളിർ അരുണാചലാ (അ)

78. മിഞ്ചിടിൽ കെഞ്ചിടും കൊഞ്ച അറിവനിയാൻ
വഞ്ചിയാതരുളെനൈഅരുണാചലാ (അ)

79. മീകാമനില്ലാമൽ മാകാറ്റലൈകലം
ആകാമൽ കാത്തരുൾ അരുണാചലാ (അ)

80. മുടി അടി കാണാ മുടിവിടുത്തനൈനേർ
മുടിവിടക്കടനിലൈ അരുണാചലാ (അ)

81. മൂക്കിലൻ മുൻകാട്ടും മുകുരം ആകാതെന്നൈ
തൂക്കി അണൈന്തരുൾ അരുണാചലാ (അ)

82. മെയ്യകത്തിൻ മനമെൻമലർ അണൈയിനാം
മെയ് കലന്തിട അരുൾ അരുണാചലാ (അ)

83. മേൻമേൽ താഴ്ന്തിടും മെല്ലിയർ ശേർന്ത് നീ
മേൻമൈ ഉട്രനൈഎൻ അരുണാചലാ (അ)

84. മൈ മയൽ നീത്തരുൾ മയ്യിനാലുനത് ഉൺ
മെയ്വശം ആക്കിനൈഅരുണാചലാ (അ)

85. മൊട്ടൈ അടിത്തെനൈവെട്ട വെളിയിൽ നീ
നട്ടമാടിനൈഎൻ അരുണാചലാ (അ)

86. മോഹം തവിർത്തുൻ മോഹമാ വൈത്തുമെൻ
മോഹം തീരായെൻ അരുണാചലാ (അ)

87. മൗനിയായ് കർപോൻ മലരാതിരുന്താൻ
മൗനമിതാമോ അരുണാചലാ (അ)

88. യവനെൻ വായിൽ മണ്ണിനൈഅട്ടി
എൻ പിഴൈപ്പൊഴിത്തത് അരുണാചലാ (അ)

89. യാരും അറിയാതെൻ മതിയിനൈമരുട്ടി
എവർ കൊളൈ കൊണ്ടത് അരുണാചലാ (അ)

90. രമണൻ എൻട്രുരൈത്തേൻ രോഷം കൊളാതെനൈ
രമിത്തിടച്ചെയ് വാ അരുണാചലാ (അ)

91. രാപ്പകലില്ലാ വെറുവെളി വീട്ടിൽ
രമിത്തിടുവോം വാ അരുണാചലാ (അ)

92. ലക്ഷിയം വൈത്ത് അരുൾ അസ്തിരം വിട്ടെനൈ
ഭക്ഷിത്തായ് പ്രാണനോടരുണാചലാ (അ)

93. ലാഭം നീ യിഹപര ലാഭമില്ലെനൈഉറ്റ്
ലാഭമെന്നുട്രനൈഅരുണാചലാ (അ)

94. വരുംപടി ശൊലിലൈ വന്തെൻ പടി അള
വരുന്തിട് ഉൻ തലൈവിധി അരുണാചലാ (അ)

95. വാവെൻട്രകം പുക്ക് ഉൻ വാഴ്വരുളൻട്രേ എൻ
വാഴ്വിഴന്തേൻ അരുൾ അരുണാചലാ (അ)

96. വിട്ടിടിൽ കഷ്ടമാം വിട്ടിടാതുനൈഉയിർ
വിട്ടിട അരുൾപുരി അരുണാചലാ (അ)

97. വീട് വിട്ടീർത്തുള വീട്പുക്ക് പൈയ ഉൻ
വീട് കാട്ടിനൈഅരുൾ അരുണാചലാ (അ)

98. വെളിവിട്ടേൻ ഉൻ ശെയൽ വെറുത്തിടാതുന്നരുൾ
വെളിവിട്ടെനൈക്കാ അരുണാചലാ (അ)

99. വേദാന്തത്തേ വേരറ വിളങ്കും
വേദപ്പൊരുൾ അരുൾ അരുണാചലാ (അ)

100. വൈതലൈ വാഴ്ത്താ വൈത്തരുൾ കുടിയായ്
വൈത്തെനൈവിടാതരുൾ അരുണാചലാ (അ)

101. അമ്പുവിൽ ആലിപോൽ അൻപുരു ഉനിലെനൈ
അൻപാക്കരൈത്ത് അരുൾ അരുണാചലാ (അ)

102. അരുളൈ എൻട്രെണ്ണ യാൻ അരുൾ കണ്ണി പട്ടേൻ ഉൻ
അരുൾ വലൈ തപ്പുമോ അരുണാചലാ (അ)

103. ചിന്തിത്തരുൾപട ശിലന്തിപോൽ കട്ടി
ശിറൈയിട്ടുണ്ടനൈഅരുണാചലാ (അ)

104. അൻപൊടുൻ നാമം കേൾ അൻപർ തം അൻപരുക്ക്
അൻപനായിട അരുൾ അരുണാചലാ (അ)

105. എൻ പോലും ദീനരൈ ഇൻപുറ കാത്ത് നീ
എന്നാളും വാഴ്ന്തരുൾ അരുണാചലാ (അ)

106. എൻപുരുകൻപർ തം ഇൻ ശൊറ്കൾ ശെവിയും എൻ
പുൻ മൊഴി കൊള അരുൾ അരുണാചലാ (അ)

107. പൊറുമൈയാം ഭൂതരപുൻശൊലൈ നൻശൊലാ
പൊറുത്തരുൾ ഇഷ്ടം പിൻ അരുണാചലാ (അ)

108. മാലൈയളിത്ത് അരുണാചല രമണ എൻ
മാലൈ അണിന്തരുൾ അരുണാചലാ. (അ)

അരുണാചലശിവ അരുണാചലശിവ
അരുണാചലശിവ അരുണാചലാ
അരുണാചലശിവ അരുണാചലശിവ
അരുണാചലശിവ അരുണാചലാ

അരുണാചലം വാഴി അൻപർകളും വാഴി
അക്ഷരമണമാലൈ വാഴി



ശ്രീ

ഉപദേശസാരം

കർമ്മം ഫലത്തിനെത്തന്നു വരുന്നതും
കർത്താവു തന്നുടെ യാജ്ഞതന്നാൽ
കർമ്മമാ ദൈവമാകുന്നതുമെങ്ങനെ
കർമ്മമചേതനമാകകൊണ്ടു. (1)

കർമ്മഫലങ്ങളോ നശ്വരം വാസനാ–
കാരവിത്തായതു കൂടക്കൂടെ
കർമ്മസമുദ്രത്തിൽ ചാടിക്കുമല്ലാതെ
ഗതിയിനെയെന്നുമെ കാണിക്കില്ല. (2)

ഈശ്വരപ്രീതീയിനായ് ഫലമേല്പിച്ചൊ–
രിച്ഛയെന്നിച്ചെയ് നിഷ്കാമ്യകർമ്മം
ആശയശുദ്ധി വരുത്തിയാമുക്തിയി–
നായുള്ള മാർഗ്ഗത്തിൽ ചേർക്കുമോർക്ക (3)

കായികം വാചികം മാനസികമെന്നു
കർമ്മങ്ങൾ മൂന്നു തരത്തിലത്രെ
ആയവ പൂജാ ജപം ധ്യാനമീക്രമ–
ത്താമൂന്നുമൊന്നിലൊന്നേറ്റമോർത്താൽ. (4)

അഷ്ടമൂർത്തങ്ങളായ്ക്കാണുന്ന ലോകമി–
താകവെയീശ്വരാകാരമാക
ദൃഷ്ടിയിൽ കൊണ്ടുസേവിക്കുക തക്കപോൽ
ദേവന്നുചെയ്യും വിശേഷപൂജ. (5)

ഉത്തമസ്തോത്രത്തെക്കാൾ ജപമാജപ–
ത്തുച്ചത്തെക്കാളുമുപാംശുവെക്കാൾ
ചിത്തജപംതന്നെ ശ്രേഷ്ഠമാകുന്നതാ–
ചിത്തജപത്തന്യമല്ല ധ്യാനം. (6)

വിട്ടുച്ചെയ്വിച്ഛിന്നധ്യാനത്തിനെക്കാളും
വിടാതെ നെയ്ധാരപോലാറുപോലെ
ഒട്ടുമെ വിട്ടിടാ സന്തതദ്ധ്യാനമെ–
യുത്തമമെത്രയും ശക്തികൂടും. (7)

ഭിന്നൻ ഞാനീശ്വരൻ തന്നെക്കാളെന്നുള്ള
ഭേദഭാവത്തെക്കാൾ സോഹമെന്നും
അന്യനല്ലെന്നവ ഭേദഭാവം തന്നെ
യത്യന്തമുൽകൃഷ്ടമായ ഭാവം. (8)

ഭാവബലംകൊണ്ടു ഭാവം കടന്നസൽ–
ഭാവത്തിങ്കൽ നിലനില്ക്കതന്നെ
ഭാവനാഭക്തിയെക്കാളതിപാവന
ഭക്തി പരാഭക്തി മുക്തിനൽകും. (9)

മർമ്മമായുള്ളതൻ ജന്മസ്ഥലത്തെത്തി
മാനസം സ്വസ്ഥമായുള്ളതല്ലോ
കർമ്മവും ഭക്തിയും യോഗവും ജ്ഞാനവും
കാണുകെല്ലാവറ്റിൽ കണ്ട സാരം. (10)

വായുവിനേയുൾപതുക്കമറിക്കുകിൽ
വലയകംപെട്ടുള്ള പക്ഷിപോലെ
പായുമാമാനസം പെട്ടിടും കെട്ടിങ്കൽ
പ്രാണനെപ്പറ്റലുപായമാണ്. (11)

മാനസംജ്ഞാനശക്തി പ്രാണനോക്രിയാ–
മാത്രമാം ശക്തി കലർന്നതാകും
മാനസം പ്രാണനീരണ്ടുമേ ശാഖകൾ
മറ്റിവറ്റിൻമൂലശക്തിയൊന്നു. (12)

ലയവും വിനാശവും രണ്ടാണൊടുക്കവും
ലയവുമപ്പോഴത്തതാകയാലെ
ലയിച്ചുള്ളതോ വീണ്ടും പൊന്തിവരുംരൂപം
നശിച്ചതെന്നെന്നും മടങ്ങുകില്ല. (13)

കെട്ടിപ്പിടിച്ചകംവെച്ചതാൽപ്രാണനെ
കെട്ടിൽപെട്ടുള്ളവച്ചിത്താംതന്നെ
വിട്ടയച്ചോർവഴി കാട്ടിത്തന്നീടുക
നഷ്ടമാം മാനസം താനെതന്നെ. (14)

മനസ്സിന്റെ രൂപം മരിച്ചുവേഷത്താലെ
മനുഷ്യനായ്ക്കാണും മഹാത്മ:യോഗി
തനിക്കൊരുകാര്യവും ചെയ്യേണ്ടതായില്ല
തന്നിജരൂപംപ്രാപിച്ചതാലെ. (15)

പുറവിഷയങ്ങളിൽപോകാതെ ചിത്തത്തിൻ
പോക്കിനെയുൺമുഖമാക്കിത്തന്റെ
അറിവായ രൂപത്തെത്താനറിയുന്നതെ
യറിവാകും സത്യമകത്തിൽകൊൾക. (16)

മനസ്സിന്നു രൂപമേതാണെന്നല്ലായ്പോഴും
മറവാതകത്തിൽ തിരഞ്ഞുവെന്നാൽ
മനസ്സെന്നങ്ങൊന്നുമെ കാണുമാറില്ലഹേ
മാർഗ്ഗമിതാർക്കും നേരായ മാർഗ്ഗം. (17)

എണ്ണങ്ങളെക്കൂടാതേ മനമേയില്ല
എണ്ണങ്ങളെ മനമെന്നു ചൊല്ലും
എണ്ണങ്ങൾക്കെല്ലാമെ മൂലം ഞാനെന്നുള്ള
എണ്ണമാകും മനമെന്നാൽ ഞാനേ. (18)

ഞാനെന്നതെങ്ങുന്നു തോന്നുന്നുവെന്നു
മനസ്സുള്ളിൽ മൂഴ്കിയന്വേഷിച്ചീടിൽ
ഞാൻ തലകുത്തിപ്പതിക്കുമിതല്ലയോ
ജ്ഞാനവിചാരം വേറൊന്നുമല്ല. (19)

ഞാനൊടുങ്ങുന്ന സ്വസ്ഥാനാമാഹൃത്തിങ്കൽ
ഞാൻഞാനെന്നൊന്നതു താനായ്തോന്നും
താനാകത്തോന്നുന്നതിന്നെല്ലയില്ലല്ലൊ
തനായതും പരിപൂർണ്ണംതന്നെ. (20)

ഞാനെന്നതിന്നർത്ഥമാണിതു നിത്യവും
ഞാൻ ലയിച്ചുള്ളവുറക്കത്തിങ്കൽ
താനില്ലാതായെന്നതില്ലാതെല്ലാവർക്കും
താനുണ്ടെന്നുള്ളവുണർച്ചതന്നാൽ. (21)

ദേഹവും ജ്ഞാനകർമ്മേന്ദ്രിയം പ്രാണനും
ധീയിരുട്ടും ദൃശ്യലോകമെല്ലാം
മോഹമസജ്ജഡമാകയാൽ ഞാനല്ല
മുക്കാലത്തുള്ള സത്തല്ലയോ ഞാൻ. (22)

ഉള്ളതുണർത്തുവാൻ തന്നെക്കാളന്യമാ-
യുള്ളവുണർവൊന്നും കാണുന്നില്ല
ഉള്ളതുതന്നെയുണർവുമാകുന്നതു-
മുള്ള ഞാൻതന്നെയുണർവുമല്ലേ. (23)

ഇരിക്കും സ്വഭാവത്താലീശ്വരജീവർക-
ളിരുവരുമേകാത്മവസ്തുതന്നെ
ഒരിക്കലും ഭേദമുരയ്ക്കരുതായവ-
രുപാധിയും ബോധവും തന്നെഭിന്നം. (24)

തന്നുടെ ഭേദവുപാധികളേവിട്ടു
തന്നെത്താൻ കാണുകതന്നെയീശൻ
തന്നുടെ വാസ്തവദർശനമീശ്വരൻ
താനായ് പ്രകാശിക്കകൊണ്ടുതന്നെ. (25)

താനായിരിക്കുമിരിപ്പിനെത്തന്നെ മുൻ
തന്നെത്താൻ കാണുകയെന്നുചൊല്ലി
താനെന്നുമൊന്നുതന്നേയല്ലാതേ രണ്ടോ
തന്മയനിഷ്ഠയിതെന്നു കാൺക. (26)

അറിവറിയാമയുമില്ലാതെയുള്ള ന-
ല്ലറിവിതുതന്നെ യഥാർത്ഥജ്ഞാനം
അറിവാനിതിന്മീതെയുള്ളതൊന്നേതാണ്
അറിവതിനന്യമായൊന്നുമില്ല. (27)

എന്താണ് തന്നുടെ രൂപമെന്നീവഴി
തന്നെത്തന്നേതാനുമൊന്നുകണ്ടാൽ
അന്തവുമാദിയുമില്ലാതെ തോന്നീടു–
മഖണ്ഡചിദാനന്ദ വസ്തുവൊന്നേ. (28)

ബന്ധവും മുക്തിയും രണ്ടും കടന്നുള്ള
ബ്രഹ്മമഹാനന്ദമെന്തുചൊല്ലാം
സ്വന്തമായങ്ങനെസന്തതം നില്പവർ
ശുദ്ധരാദൈവിക സച്ചരിത്രർ (29)

ഞാനറ്റുതോന്നുന്നതേതൊന്നാണെന്നുതൻ
ജ്ഞാനത്തിനാലതുതന്നെപ്പറ്റി–
ത്താനിരിക്കുന്നതു തന്നെയല്ലോ നല്ല
തപസ്സെന്നുമാരമണൻ പറഞ്ഞു. (30)

സന്തോഷമോടുപദേശസാരം കൊണ്ടു
സന്നിഷ്ഠനായ് കുമ്മി കൊട്ടു കൊട്ടു
സന്താപശാന്തിയും സന്തതാനന്ദവും
സിദ്ധിക്കും ഇല്ലിതിൽ ശങ്കയൊട്ടും.

ഒട്ടുമേ കഷ്ടങ്ങളൊട്ടാതെ വിട്ടിടാൻ
ഉപദേശസാരത്തെക്കൊണ്ടുകൂടി
കൊട്ടുവിനൻപർകൾ എല്ലാവരും കുമ്മി
കൊട്ടുവിനാനന്ദം കിട്ടുവാനായ്

ഇതി ഉപദേശസാരഃ
സംപൂർണ്ണഃ

<u>**ശ്രീ രമണാഷ്ടോത്തര ശതനാമാവലി**</u>

യഃ സ്ഥാണോരരുണാചലസ്യ പദയോഃ
സ്മൃത്യാ f ജനീം പ്രാപ്യത-
ദ്ദിവ്യാനുഗ്രഹസുപ്രവാഹവിവശ
സ്താദാത്മ്യഭാവംഗതഃ
ഹൃന്നിഷ്ഠഃ സ്വഗഭീരനിത്യതപസാ
ലോകാന് പുനാസ്യേകരാട്
തസ്മൈ ശ്രീ രമണായതേ നമ ഇദം
ലോകോത്തര ജ്യോതിഷേ.
ഓം നമോ ഭഗവതേ ശ്രീ രമണായ !!!

ഓം മഹാസേനമഹോംശേനജാതായ നമഃ
ഓം ശ്രീ രമണായ നമഃ
ഓം ഗുരവേ നമഃ
ഓം അഖണ്ഡസംവിദാകാരായ നമഃ
ഓം മഹൗജസേ നമഃ
ഓം കാരണോദ്ഭവായ നമഃ
ഓം ജഗദ്ധിതാവതാരായ നമഃ
ഓം ശ്രീ ഭൂമിനാഥസ്ഥലോത്ഥിതായ നമഃ
ഓം ശ്രീ പരാശരകുലോത്തംസായ നമഃ
ഓം സുന്ദരാര്യതപഃഫലായ നമഃ
ഓം കമനീയസുചാരിത്രായ നമഃ
ഓം സഹായാംബാസഹായവതേ നമഃ
ഓം ശോണാചലമഹോലീനമാനസായ നമഃ
ഓം സ്വർണ്ണഹസ്തകായ നമഃ
ഓം ശ്രീമദ്വാദശാന്തമഹാസ്ഥലേലബ്ധവിദ്യോദയായ നമഃ
ഓം മഹാശക്തിനിപാതേനപ്രബുദ്ധായ നമഃ
ഓം പരമാർത്ഥവിദേ നമഃ
ഓം തീവ്രായ നമഃ
ഓം പിതൃപദാന്വേഷിണേ നമഃ

ഓം ഇന്ദുമൌലിനാ പിതൃമതേ നമഃ
ഓം പിതുരാദേശതഃ ശോണശൈലപ്രാപ്തായ നമഃ
ഓം തപോമയായ നമഃ
ഓം ഉദാസീനായ നമഃ
ഓം മഹായോഗിനേനമഃ
ഓം മഹോത്സാഹായ നമഃ
ഓം കുശാഗ്രധിയേ നമഃ
ഓം ശാന്തസങ്കല്പസംരംഭായ നമഃ
ഓം സുസന്ദൃശേ നമഃ
ഓം സവിത്രേ നമഃ 20
ഓം സ്ഥിരായ നമഃ
ഓം തപക്ഷപിതസർവ്വാംഗായ നമഃ
ഓം ഫുല്ലാംബുജവിലോചനായ നമഃ
ഓം ചന്ദ്രികാസിതഹാസശ്രീമണ്ഡിതാനനമണ്ഡലായ നമഃ
ഓം ചൂതവാട്യാം സമാസീനായ നമഃ
ഓം ചൂർണ്ണിതാഖിലവിഭ്രമായ നമഃ
ഓം വേദവേദാന്തതത്വജ്ഞായ നമഃ
ഓം ചിന്മുദ്രിണേ നമഃ
ഓം ത്രിഗുണാതിഗായ നമഃ
ഓം വിരൂപാക്ഷഗുഹാവാസായ നമഃ 30
ഓം വിരാജദചലാകൃതയേ നമഃ
ഓം ഉദ്ദീപ്തനയനായ നമഃ
ഓം പൂർണ്ണായ നമഃ
ഓം രചിതാചലതാണ്ഡവായ നമഃ
ഓം ഗംഭീരായ നമഃ
ഓം പരമാചാര്യായ നമഃ
ഓം സുപ്രസന്നായ നമഃ
ഓം അഭയപ്രദായ നമഃ
ഓം ദക്ഷിണാസ്യനിഭായ നമഃ
ഓം ധീരായ നമഃ 40

ഓം ദക്ഷിണാഭിമുഖായ നമഃ
ഓം സ്വരാജേ നമഃ
ഓം മഹർഷയേ നമഃ
ഓം ഭഗവതേ നമഃ
ഓം ഈഡ്യായ നമഃ
ഓം ഭൂമവിദ്യാവിശാരദായ നമഃ
ഓം വിമലായ നമഃ
ഓം ദീർഘദർശിനേനമഃ
ഓം ആപ്തായ നമഃ
ഓം ഋജുമാർഗ്ഗപ്രദർശകായ നമഃ 50
ഓം സമദൃശേ നമഃ
ഓം സത്യദൃശേ നമഃ
ഓം സത്യായ നമഃ
ഓം പ്രശാന്തായ നമഃ
ഓം അമിതവിക്രമായ നമഃ
ഓം സുകുമാരായ നമഃ
ഓം സദാനന്ദായ നമഃ
ഓം മൃദുഭാഷിണേ നമഃ
ഓം ദയാർണ്ണവായ നമഃ
ഓം ശ്രീ ശോണാചലഹൃത്ഭൂത
സ്കന്ദാശ്രമനികേതനായ നമഃ 60
ഓം സദ്ദർശനോപദേഷ്ട്രേ നമഃ
ഓം സദ്ഭക്ത വൃന്ദപരിവൃതായ നമഃ
ഓം ഗണേശമുനിഭൃംഗേനസേവിതാംഘ്രിസരോരുഹായ നമഃ
ഓം ഗീതോപദേശസാരാദിഗ്രന്ഥസംഛിന്നസംശയായ നമഃ
ഓം വർണ്ണാശ്രമമതാതീതായ നമഃ
ഓം രസജ്ഞായ നമഃ
ഓം സൗമ്യായ നമഃ
ഓം ആത്മവതേ നമഃ
ഓം സർവ്വാവനിമതസ്ഥാനാമാരാദ്ധ്യായ നമഃ
ഓം സർവ്വസദ്ഗുണിനേനമഃ 70

ഓം ആത്മാരാമായ നമഃ
ഓം മഹാഭാഗായ നമഃ
ഓം മാതൃമുക്തിവിധായകായ നമഃ
ഓം വിനതായ നമഃ
ഓം വിനുതായ നമഃ
ഓം വിപ്രായ നമഃ
ഓം മുനീന്ദ്രായ നമഃ
ഓം പാവകോജ്ജ്വലായ നമഃ
ഓം ദർശനാദഘസംഹാരിണേ നമഃ
ഓം മൗനേനസ്വാത്മബോധകായ നമഃ 80
ഓം ഹൃച്ഛാന്തികരസാന്നിദ്ധ്യായ നമഃ
ഓം സ്മരണാത് ബന്ധമോചകായ നമഃ
ഓം അന്തസ്തിമിരചണ്ഡാംശവേ നമഃ
ഓം സംസാരാർണ്ണവതാരകായ നമഃ
ഓം ശോണാദ്രീശസ്തുതിദ്രഷ്ട്രേ നമഃ
ഓം ഹാർദ്ദവിദ്യാപ്രകാശായ നമഃ
ഓം അവിച്യുതനിജപ്രജ്ഞായ നമഃ
ഓം നൈസർഗ്ഗികമഹാതപസേ നമഃ
ഓം കമണ്ഡലുധരായ നമഃ
ഓം ശുഭ്രകൗപീനവസനായ നമഃ 90
ഓം ഗുഹായ നമഃ
ഓം ദണ്ഡപാണയേ നമഃ
ഓം കൃപാപൂർണ്ണായ നമഃ
ഓം ഭവരോഗഭിഷഗ്വരായ നമഃ
ഓം സ്കന്ദായ നമഃ
ഓം ദേവതമായ നമഃ
ഓം അമർത്ത്യായ നമഃ
ഓം സേനാന്യൈ നമഃ
ഓം പുരുഷോത്തമായ നമഃ 100
ഓം നമോ ഭഗവതേ ശ്രീ രമണായ !!!



ഗുരുസ്മരണയിൽ



പൂജനീയ കുഞ്ചുസ്വാമി

ശ്രീ ഭഗവദ്ഗീതാസാരം

പാർത്ഥസാരഥിയായ് സാരവാർത്തകൾ ചെവിവാർത്തവൻ !
ആർത്തിതീർത്തൊരു കാരുണ്യമൂർത്തി കാത്തരുളേണമേ !!

(കുമ്മിപ്പാട്ട്)

കരുണയും ശോകവും കലർന്നു കണ്ണീരാർന്നു 2–1
കഷ്ടപ്പെടും പാർത്ഥൻ തന്നെ നോക്കി
കരുണയാലോതിനാനിതു മധുസൂദനൻ
കഷ്ടങ്ങളൊക്കെയും നഷ്ടമാകാൻ. (1)

ഈദേഹം ക്ഷേത്രമെന്നോതപ്പെടുംപാർത്ഥ 13–2
എവനിതിനേയറിയുന്നവൻതാൻ
ആദേഹിക്ഷേത്രജ്ഞനാകുമെന്നാതത്വ
മറഞ്ഞവരിങ്ങനെപറഞ്ഞിടുന്നു. (2)

ക്ഷേത്രങ്ങളൊക്കെയും ചേർന്നിരിക്കുന്നതൽ 13–3
ക്ഷേത്രജ്ഞനായെന്നെയറികപാർത്ഥ
ക്ഷേത്രക്ഷേത്രജ്ഞരെത്തെരിയുന്നതേതതെൻ
തീർച്ചയാം ജ്ഞാനമിതോർത്തുകൊൾക. (3)

അഖിലജന്തുക്കളിനന്തരംഗത്തുള്ള 10–20
ആത്മാവുഞാൻ തന്നെയർജ്ജുനാകേൾ
അഖിലജീവികൾക്കുമാദിയും മദ്ധ്യവു
മവസാനമതുവുമെയാകുന്നോൻ ഞാൻ. (4)

പിറന്നവൻ മരിക്കുകയെന്നതും നിശ്ചയം 2–27
പിറക്കുകനിശ്ചയം മരിച്ചവന്നും
ചെറുതുമേയാർക്കുമെ നീക്കരുതാത്തതിൽ
ചിന്തയിൽ സന്തപിക്കൊല്ല നീയും. (5)

പിറപ്പിറപ്പില്ലിവനെന്നുമേ പിന്നെയും 2–20
പിറന്നൊഴിയുന്നവനില്ലതാനും
പിറക്കാത്തവൻനിത്യൻ പുരാതനൻ ശാശ്വതൻ
ഭിന്നനാവില്ലുടൽ കൊന്നപ്പോഴും. (6)

മുറിക്കാനെരിക്കുവാൻ നനയ്ക്കാനുണക്കുവാൻ 2–24
മുഴുതും കലർന്നവൻ കഴിയാതോനാം
അറികവൻനിത്യൻ സനാതനൻ സ്ഥാണുവു
മചലനുമാകുമെന്നമലനേനീ. (7)

ഈതെല്ലാമേതൊന്നാൽ വ്യാപകമായതു 2–17
മെന്നുമേ നാശമില്ലാത്തതാകും
ഏതിലും നാശമാകാത്തതാമതിനെയു
മെവനുമേകഴിവില്ലനാശമാക്കാൻ (8)

ഇല്ലാത്തതിന്നിരിപ്പില്ലെന്നുമുള്ളതി 2–16
നില്ലായ്മയെന്നുമെയില്ലതാനും
ഇല്ലാത്തതുള്ള താം രണ്ടിന്റെ തത്വവു
മിത്തരം തത്വവിത്തുക്കൾ കണ്ടു. (9)

എങ്ങും നിറഞ്ഞതാമാകാശം സൂക്ഷ്മത്താ 13–32
ലെവറ്റിലും പറ്റാതിരിക്കുംപോലെ
എങ്ങുമെദേഹത്തിലിരിക്കിലുമാത്മാവു
മെന്നുമേ ദേഹത്തൊടൊട്ടുകില്ല. (10)

അതിനെ പ്രഭാകരൻ ചന്ദ്രനുമഗ്നിയു 15–6
മായവർദ്യോതകം ചെയ്കയില്ല
എതിനെയടഞ്ഞുമടങ്ങുകയില്ലയോ
എൻപരംപദമതുതന്നെയാകും (11)

ഉദിയാതൊടുങ്ങുതെന്നോതിടപ്പെടുമതെ 8–21
യുത്തമസ്ഥാനമെന്നോതിടുന്നു
പദമെതുകിട്ടിവിട്ടിടുകയില്ലായതു
പരമമാമെന്നിരിപ്പിടമതാകും. (12)

അഭിമാനമോഹങ്ങളറ്റവർസംഗവു 15–5
മാശയുംവിട്ട നിത്യാത്മനിഷ്ഠർ
വിഭിന്നത സുഖദുഃഖദ്വന്ദ്വരാംജ്ഞാനികൾ
വിശിഷ്ടമാമാനിത്യപദത്തിലെത്തും. (13)

എവൻ ശാസ്ത്രവിധികളെ വിട്ടവനായ്ത്തന്റെ 16–23
യിച്ഛാനുസാരമേവർത്തിച്ചീടും
അവൻ സിദ്ധിതന്നെയുമാനന്ദം തന്നെയു
മാനിത്യപദത്തെയു മെത്തുകില്ല. (14)

സർവ്വഭൂതങ്ങളിൽ സമനുമായ് നശിക്കുമാ 13–28
സർവ്വത്തിലും നാശരഹിതനായും
സർവ്വദാവർത്തിക്കും പരമേശ്വരൻതന്നെ
സാക്ഷാത്തെവൻകണ്ടോ അവനെകണ്ടു. (15)

അനന്യമായെന്നെയോർക്കുന്നസത്ഭക്തിയാ 11–54
ലർജ്ജുനായീവിധമുണ്മയായി
ജനങ്ങളറിഞ്ഞിടാൻ കാണാനും കൂടാനും
ശക്യനാകുന്നു ഞാൻ സത്യം തന്നെ. (16)

അവരവർ പ്രകതിയിനനുഗുണമായ്ത്തന്നെ 17–3
യഖിലർക്കും ശ്രദ്ധയുണ്ടാകും നൂനം
അവനിയിൽ ശ്രദ്ധാമയൻ പുമാനാകയാ
ലാർക്കേതു ശ്രദ്ധയുണ്ടവനതാകും. (17)

ശ്രദ്ധയുള്ളോൻ തന്നെ ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹം 4–39
ചെയ്തെന്നുംതൽ പരചിത്തനായി
സിദ്ധിയാംജ്ഞാനവും ചേർന്നിടും ചേർന്നപിൻ
ചേരുമുത്തമശാന്തി ശീഘ്രംതന്നെ (18)

എന്നെയുള്ളമ്പോടുമേകാഗ്രചിത്തരാ 10–10
യെപ്പോഴും ഭക്തിചെയ്യുത്തമർക്കു
എന്നെയുമായവരേതിനാലെത്തിടു
മേകുമാബുദ്ധിയോഗത്തെ ഞാനും (19)

അവർക്കനുഗ്രഹിച്ചീടാനാത്മസ്ഥനായഞാ 10–11
നാജ്ഞാനദീപപ്രകാശം തന്നാൽ
അവിദ്യയാൽ ഭവിച്ചതാമന്ധകാരത്തിനെ
യത്യന്തമില്ലാത്തതാക്കിടുന്നു. (20)

ഏവരുടെ യാത്മജ്ഞാനത്താലജ്ഞാനവു 5–16
മിത്തിരി താനുമില്ലാത്തതായി
അവരുടെ ജ്ഞാനവു മാദിത്യനെന്നപോ
ലാപരവസ്തുവെ ഭാസിപ്പിക്കും. (21)

പരങ്ങളിന്ദ്രിയങ്ങളായ് പറയപ്പെടുന്നിതു 3–42
പരമിന്ദ്രിയങ്ങൾക്കു മനം മനസ്സിൽ
പരബുദ്ധിബുദ്ധിക്കുപ്പരമെവനാണവൻ
പരമാത്മാവെന്നുനീ യോർക്കപാർത്ഥ (22)

ബുദ്ധിക്കു പരമാത്മനെന്നറിഞ്ഞിങ്ങിനെ 3–43
ബുദ്ധിയാൽ മനസ്സിനെനിർത്തിനീയും
വൃദ്ധിയാകും കാമദുർജയവൈരിയെ
വിജയനെജയിച്ചു നീ സുഖിച്ചിരിക്ക (23)

എങ്ങിനെകത്തുന്നവഹ്നിയും കട്ടക 4–37
ളെല്ലാമെരിച്ചു ഭസ്മീകരിക്കും
അങ്ങിനെജ്ഞാനമാമഗ്നിയും കർമ്മങ്ങ
ളഖിലവും ദഹിച്ചുഭസ്മീകരിക്കും (24)

എവനുടെ സർവകർമ്മങ്ങളും കാമവു 4–19
മെണ്ണവും കൂടാതെ യാകുന്നുണ്ടോ
അവൻ ജ്ഞാനവഹ്നിയാലെരിച്ചവൻ കർമ്മത്തെ
യവനെപ്പണ്ഡിതനെന്നുരച്ചുവിജ്ഞർ. (25)

ആശയുംകോപവുമറ്റവരായ് മന 5–26
മടക്കിയെ യാത്മവിത്തുക്കളാകും
പാശമിൽ യതികൾക്കെല്ലാടവുമെപ്പോഴും
പരമനിർവാണാനുഭവവുമുണ്ടാം. (26)

പതുക്കപ്പതുക്കവെ മനസ്സിനെയുംശാന്ത 6–25
പ്പെടുത്തവേണം ധൈര്യ ബുദ്ധിതന്നാൽ
ഒതുക്കിയാമനസ്സിനെയാത്മാവുതങ്കലെ
യൊന്നെയും പിന്നെനീ ചിന്തിക്കേണ്ട (27)

എതുവുമോർ നിലയെന്നിയെന്നുഞ്ചഞ്ചലമന 6–26
സ്സേതേതുപറ്റി സഞ്ചരിച്ചീടുന്നു
അതതിങ്കലേനിന്നു തിരിച്ചാമനസ്സിനെ
യാത്മവശത്തിലമർത്തിക്കൊൾക. (28)

ഇന്ദ്രിയം മനം ബുദ്ധിയിവകളടക്കിയെ 5–28
ഇച്ഛഭയംക്രോധമിവറ്റെവിട്ടു
സന്തതവും മുക്തിചിന്തനമുനിയെവൻ
സന്തതമാമുനിമുക്തൻ തന്നെ (29)

എന്നുമെ തങ്കൽ യോജിച്ചമനസ്സോടു 6–29
മെങ്ങുമെ സമമായദൃഷ്ടിയുള്ളോൻ
തന്നെയാസർവ്വ ഭൂതങ്ങളിലും തങ്കൽ
താൻകാണും സർവ്വ ഭൂതങ്ങളേയും. (30)

അന്യചിന്തനമെന്യെ യെന്നെത്തന്നെയെന്നു 9–22
മാരവരുപാസനമാചരിക്കും
എന്നിലെയെന്നുമെയൊന്നിനിൽക്കുന്നവർ
യോഗക്ഷേമങ്ങളെ ഞാൻ വഹിക്കും (31)

അവർകളിൽ ജ്ഞാനിയെ യകലാത്തയോഗിയാ 7–17
മവനേകഭക്തനുമാം വിശിഷ്ടൻ
അവനുഞാൻ പ്രിയനാകുമെത്രയുമെപ്പോഴു
മത്യന്തപ്രിയനാകു മവനെനിക്കും. (32)

അനന്തജന്മങ്ങളിനന്തമതിൽജ്ഞാനി 7–19
യാമവനഖിലവും വാസുദേവൻ
അനന്തനനാദിയെന്നറിഞ്ഞവനെന്നെയു
മണഞ്ഞിടും ദുർല്ലഭനാമഹാത്മാ. (33)

എപ്പോളകത്തുള്ള വെല്ലാക്കാമങ്ങളു 2–55
മിത്രയുമില്ലാതെനഷ്ടമായി
എപ്പോൾ തന്നാൽ തങ്കൽ തന്നെതുഷ്ടൻ പാർത്ഥ
ഇവൻ സ്ഥിതപ്രജ്ഞനെന്നുക്തനപ്പോൾ. (34)

അകലെക്കളഞ്ഞെവനഖിലകാമങ്ങളു 2–71
മകപ്പറ്റുപ്പരുമാറുന്നുണ്ടോ
അഹന്തയുമമതയുമില്ലാതെയുള്ളവ
നവനെന്നു മാർന്നിടും ശാന്തി തന്നെ. (35)

എവനെലോകം കണ്ടുപേടിക്കുന്നില്ലയോ 12–15
എവൻ ലോകത്തെക്കണ്ടു പേടിക്കില്ല
എവൻതോഷരോഷഭയക്ഷോഭങ്ങൾ വിട്ടോ
എനിക്കവനെത്രയും പ്രീതനാകും. (36)

എവൻസമൻമാനാപമാനങ്ങൾ രണ്ടിലും 14–25
എവൻ മിത്രശത്രുക്കൾ പക്ഷതുല്യൻ
എവൻപരിത്യജിച്ചവൻ യത്നങ്ങളൊക്കെയു
മിവനെഗുണാതീതനെന്നു ചൊല്ലും. (37)

തങ്കൽതന്നെയെവൻ രമിച്ചിരിക്കുന്നുവോ 3–17
തങ്കൽതന്നേയെവൻ തൃപ്തനാകും
തങ്കൽതന്നെയെവൻ സന്തുഷ്ടനാമവൻ
തനിക്കൊരുകാര്യവും ചെയ്‌വാനില്ല. (38)

അവൻചെയ്തതിന്നൊരു ഫലവുമെയവന്നില്ല 3–18
അവൻ ചെയ്തില്ലെങ്കിലും ദോഷമില്ല
അവനു സമസ്തഭൂതങ്ങളെയാശ്രയി
ച്ചാകേണ്ടകാര്യവുമൊന്നുമില്ല. (39)

കിട്ടിയതിൽ തുഷ്ടൻ ദ്വന്ദ്വം കടന്നവൻ 4–22
കെട്ടവൻമത്സരം കിട്ടിയാലും
കിട്ടിയില്ലെങ്കിലും സമദൃഷ്ടിയുറ്റവൻ
കൃത്യം ചെയ്തെന്നാലും ബദ്ധനല്ല. (40)

ഈശ്വരനും സർവ്വജീവർകൾഹൃദയപ്ര 18–61
ദേശത്തിരുന്നെന്നും പ്രകാശിക്കുന്നു.
പാശമാംമായയാൽ യന്ത്രത്തിൽ കേറിയ
പ്രാണികളൊക്കെത്തിരിച്ചുകൊണ്ടു (41)

അവനെത്തന്നെ സർവ്വവിധത്തിലും ശരണമാ 18–62
യാശ്രയിച്ചീടടൊ അർജ്ജുനാ നീ
അവനരുളാൽ പരശാന്തിയും ശാശ്വത
മാകും പദത്തെയും പ്രാപിച്ചീടും (42)

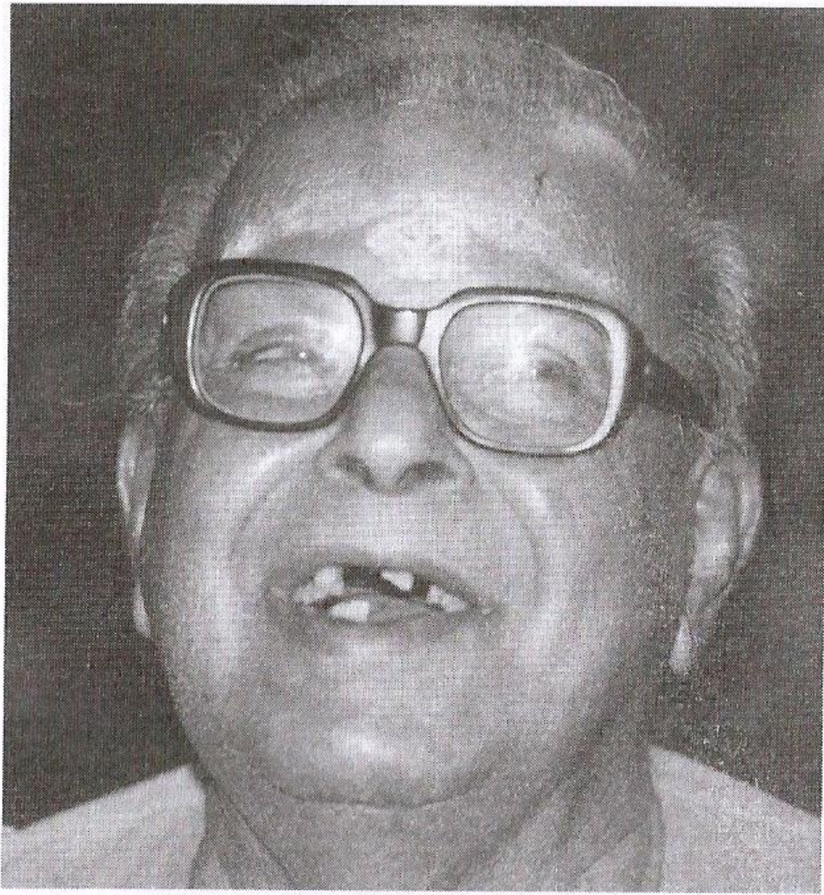
ഇത്തരം ഭഗവദ്ഗീതാശാസ്ത്രസാരമാ
യെടുത്തപദ്യങ്ങൾ നാല്പത്തിരണ്ടും
ഒത്തപോൽ ഭക്തർക്കുത്തൊടുത്തുകൊടുത്തതെ
യോതിനാൻ രമണനും കേരളത്തിൽ (43)

ആരിതു നിത്യവും പഠനം ചെയ്തീടുന്നു
ആരിതു നിത്യവും മനനം ചെയ്യും
ആരിതു ഭക്തിയോടാചരിച്ചീടുന്നു
ആയവൻ പ്രാപിക്കും നിത്യശാന്തി.





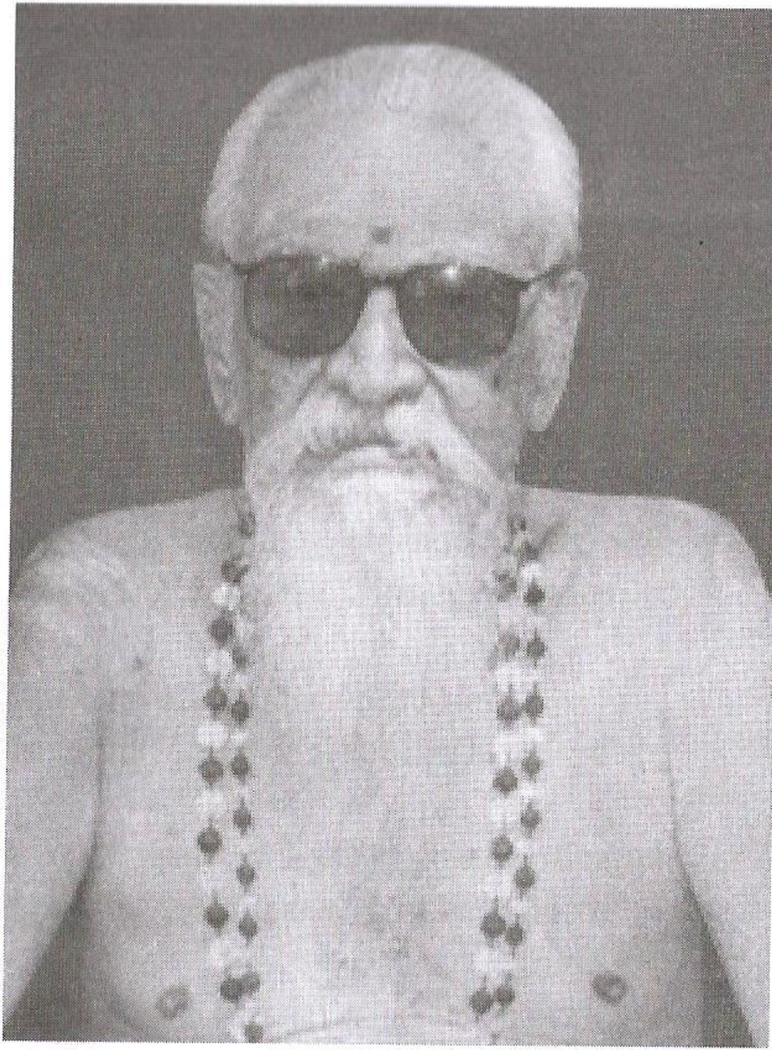
ഗുരുസ്മരണയിൽ



പൂജനീയ സ്വാമി മൃഡാനന്ദ



ഗുരുസ്മരണയിൽ



പൂജനീയ സ്വാമി രമണാനന്ദ

ശ്രീ
<u>സദ്ദർശനം</u>

സദ്വസ്തുതത്വത്തേയും സത്തിനെച്ചാരാനുള്ള
പദ്ധതിയേയും ചൊല്ലാൻ ഭക്തനും പ്രാർത്ഥിച്ചപ്പോൾ

സത്തായസാരം കൊണ്ടു സന്തതംമത്തചിത്ത
തത്തയുമിത്ഥംചൊല്ലാൻ സാദരമാരംഭിച്ചു

സദ്വിനാസത്താജ്ഞാനം സാദ്ധ്യമോ സത്യവസ്തു
വൃത്തിയാം ചിന്തയെന്യേ വൃത്തിയുൽപത്തിസ്ഥാനം

ഹൃത്തിൽവർത്തിക്കകൊണ്ടു ഹൃദയം വസ്തുനാമം
ഇത്തരംവസ്തു ചിന്തയെവരെങ്ങിനേചെയ്ക

ഉള്ളതുപോലെ ഹൃത്തിലുള്ളതുതന്നേചിന്ത
ഉള്ളിലേമൃത്യുഭീതിയുജ്ജ്വലിച്ചുള്ളോർതന്നേ

ജന്മനാശമില്ലാത്ത ജഗദീശ്വരൻപാദം
തന്നെയനന്യമായി ശരണം പ്രാപിച്ചീടും

സംഗങ്ങളോടും താങ്ങൾ ചത്തമൃതത്വമാർന്നോർ
എങ്ങിനെമൃത്യു ചിന്തയെത്തീടുമവർ പിന്നേ

വിശ്വംനാംകാൺക കൊണ്ടു വിചിത്രശക്തിയുക്ത
വിശ്വേശനുണ്ടെന്നതിൽ വിവാദമാർക്കും വേണ്ടാ

ചിത്രമാംനാമരൂപം ദ്രഷ്ടാപ്രകാശം ചിത്ര
വസ്ത്രവുമൊക്കെയേകവസ്തുവാമവൻ തന്നെ

ജീവർകൾവിശ്വമീശൻ ത്രിപദാർത്ഥങ്ങൾ കൊണ്ടേ
യേവരുമാരംഭിക്കുമിവമൂന്നായതേകം

എന്നുമീമൂന്നും മൂന്നേയെന്നവാദവും ഞാനെ-
ന്നൊന്നുള്ളോളമേ ഞാൻ കെട്ടുള്ളതൻ നിഷ്ഠമുഖ്യം

സത്യചിൽസുഖം ജഗൽസത്താദിയല്ലലോകം
ഇത്ഥം വിവാദിച്ചിട്ടെന്തീപ്രപഞ്ചത്തെവിട്ടു

തന്നെയോർന്നൊന്നുരണ്ടു താനറ്റുഞാനുമറ്റ
തന്നിലയെല്ലാവർക്കും സമ്മതമായതൊന്നേ

താൻരൂപമാകുമെന്നാൽ ജഗദീശരുംതദ്വൽ
താൻരൂപമല്ലെന്നാകിൽ ജഗദീശർക്കു രൂപം

കാണുന്നതാരെങ്ങിനെകണ്ണെന്യേകാഴ്ചയുണ്ടോ
കാണുന്നകൺതാൻതന്നേ കണ്ണിതിന്നന്തമില്ല

ദേഹമിതഞ്ചു കോശം ചേർന്നതാൽ കോശമഞ്ചും
ദേഹമെന്നചൊല്ലിങ്കൽ ചേർന്നിടും ദേഹമെന്യേ

ഉണ്ടോപ്രപഞ്ചംതാനുമുണ്ടെങ്കിൽ ദേഹം വിട്ടു
കണ്ടവരുണ്ടോ ലോകം കണ്ടവരാരുമില്ല

പഞ്ചവിഷയങ്ങളെ പ്രപഞ്ചം വേറേയല്ല
പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളാലേ പ്രകാശമാകുമഞ്ചും

അഞ്ചാലും മനസ്സൊന്നേയറിഞ്ഞീടുന്നുലോകം
കിഞ്ചിലും മനസ്സെന്യേഗ്രഹിക്കാനുണ്ടോ ലോകം

പ്രപഞ്ചം ജ്ഞാനമൊന്നായ് ഭവിച്ചൊടുങ്ങിയാലും
പ്രപഞ്ചം ജ്ഞാനം തന്നാൽ പ്രകാശിച്ചീടും രണ്ടിൻ

ജന്മലീനസ്ഥാനമായ് ജന്മഹാനിഹീനമായ്
തന്നേഭാസിക്കുമൊന്നുതന്നേസൽപൂർണ്ണവസ്തു

ഏനാമം രൂപംവെച്ചോ ഈശന്നു ചെയ്യുംസേവ
ആനാമരൂപാതീതമാം വസ്തുജ്ഞാനഹേതു

ആകിലും വസ്തുതത്വമതിൽ തൻതത്വമോർന്നി-
ട്ടേകമാംനിഷ്ഠതന്നേ യഥാർത്ഥവസ്തുജ്ഞാനം

മുപ്പുടിദ്വന്ദ്വമൊക്കേ മൂലമാമൊന്നുപറ്റി
നില്പതാവൊന്നേതെന്നു നേടിയന്തരംഗത്തിൽ

കണ്ടുവെന്നാലവപോം കണ്ടവർ തന്നേതത്വം
കണ്ടാരവർകലക്കം കാണുകയില്ലപിന്നേ

അജ്ഞാനം വിട്ടുജ്ഞാനമങ്ങിനെജ്ഞാനംകൂടാ-
തജ്ഞാനമില്ലദ്വന്ദ്വമജ്ഞാനം ജ്ഞാനം രണ്ടും

ആർക്കെന്നവിചാരത്താലാശ്രയമായ തന്നെ-
യോർത്തുണർജ്ഞാനം തന്നേയുത്തമം ജ്ഞാനമോർക്ക

അറിഞ്ഞീടുന്നതന്നെയറിയാതന്യത്തിനെ-
യറിയുന്നതജ്ഞാനമതെന്യേ ജ്ഞാനമാണോ ?

അറിവന്യങ്ങൾക്കുമോരാധാരമായതന്നെ-
യറിയുമ്പോളറ്റീടുമജ്ഞാനം ജ്ഞാനം രണ്ടും

ജ്ഞാനമജ്ഞാനമറ്റ ജ്ഞാനമേജ്ഞാനംസത്യ
ജ്ഞാനമല്ലന്യമുണർജ്ഞാനമതന്യമൊന്നു

താനറിവാനും തന്നെത്താനറിവിപ്പതെന്യേ
താൻപ്രകാശിക്കയാലേതാൻജ്ഞാനം ശൂന്യമല്ല

ജ്ഞാനമാംതാനേസത്യം നാനാവിധജ്ഞാനമ-
ജ്ഞാനമാമിഥ്യാജ്ഞാനജ്ഞാനമാം തന്നെയെന്യേ

യന്യമല്ലസത്യമാമഭരണങ്ങൾ സത്യം
പൊന്നതല്ലാതേവേറേ ഭൂഷണമുണ്ടോചൊൽക.

അഹമുണ്ടെന്നാലേനീയവനുണ്ടായ്വരുമാ
അഹംതത്വത്തെനാടിയഹം കെട്ടാലതോടെ

നീയവൻകെട്ടൊന്നാകിനിത്യവുംസ്വപ്രകാശ-
മായുള്ള അഹംതന്നേയാത്മസ്വഭാവമാകും
വർത്തമാനത്തെപ്പറ്റി വർത്തിക്കുംഭൂതഭാവി
വർത്തിക്കുമ്പോളാരണ്ടും വർത്തമാനങ്ങൾ തന്നേ

വർത്തമാനകാലമേ വാസ്തവം വർത്തമാനേ
വർത്തിക്കും തത്വം വിട്ടു വാഞ്ഛിക്ക ഭൂതഭാവി

തത്വംഗ്രഹിക്കാനൊന്നുതന്നെവിട്ടന്യസംഖ്യാ
തത്വഗ്രഹണാശയ്ക്കു തന്നേ സമാനമോർത്താൽ

ദേഹിയാകുംനാമെന്യേ ദേശകാലങ്ങളുണ്ടോ
ദേഹംനാമെന്നാൽ നാമുംദേശകാലങ്ങൾക്കുള്ളാം

ദേഹംനാമാണോ എല്ലാ ദേശകാലങ്ങളിലും
ഏകമായ് ദേശകാലമില്ലാത്തനാമുണ്ടല്ലോ

അജ്ഞാനിക്കും ജ്ഞാനിക്കുമഹം ദേഹമാകുമേ
അജ്ഞാനിക്കുടൽമാത്രമഹംദേഹത്തിനുള്ളേ

ആത്മജ്ഞാനിക്കെന്നാലോ അഹം പൂർണ്ണമാംദേഹം
ആത്മാവിനന്യമല്ല അതുതന്നേഭേദമാം

അജ്ഞാനിജ്ഞാനികൾക്കുമങ്ങിനെജഗത്സത്യം
അജ്ഞാനിസത്യം ലോകമത്രമാത്രമേയുള്ളു

ജ്ഞാനിസത്യമെന്നാലോ ജഗദാധാരം രൂപ
ഹീനം പരിപൂർണ്ണമാമിതുതന്നേഭേദമാം
വിധിബുദ്ധിയാർക്കെന്ന വിവേകമില്ലാതോർക്കേ
വിധിബുദ്ധിപ്രാധാന്യ വിവാദമുണ്ടിവറ്റിൻ

ഒരുമൂലമാമാത്മവുണർവോർരണ്ടുംവിട്ട
പുരുഷർപിന്നിവറ്റെ പുണർന്നിടുമോ ചൊല്ക

കാണുന്നതന്നെവിട്ടുക്കാണുകദൈവം തന്നെ
കാണുംമനോമയമാം കാഴ്ചതന്നേതന്നെത്താൻ

കണ്ടവൻ തന്നേദൈവം കണ്ടുപോൽതന്മൂലത്തെ
കണ്ടതാൻ പോയ് ദൈവത്തെക്കാളും താൻവേറില്ലല്ലോ

തന്നെത്താൻകാൺകദൈവം തന്നെക്കണ്ടീടുകെന്നും
അന്യൂനശാസ്ത്രങ്ങൾക്കുമർത്ഥമെന്തെന്നാൽതന്നെ

താൻകാണുന്നതെങ്ങിനെതാനൊന്നു കാണൊല്ലെങ്കിൽ
താൻ ദൈവം കാണാറാമോ താനൂണായ്പ്പോകകാൺക

ബുദ്ധിക്കുള്ളായിദൈവം ബുദ്ധിയെഭാസിപ്പിക്കും
ബുദ്ധിയെയുള്ളിലാക്കി പൂർണ്ണമാംദൈവത്തിങ്കൽ

ബദ്ധമാക്കുന്നതേനേർ പദ്ധതിയെന്നല്ലാതേ
ബുദ്ധിയാലാദൈവത്തിൻ ബോധവും സാധിക്കാമോ

ഞാനെന്നീദേഹം ചൊല്ലാനല്ലനിദ്രയിൽ കൂടി
ഞാനില്ലെന്നോതില്ലാരും ഞാനൊന്നുദിച്ചശേഷം

ഉദിക്കും ലോകമെല്ലാമൊന്നാമീയഹങ്കാരം
ഉദിക്കും സ്ഥാനമേതെന്നോർക്ക നീ സൂക്ഷ്മബുദ്ധ്യാ

ജനിക്കില്ല ഞാനെന്നീജഡംദേഹംസച്ചിത്തും
ജനിക്കിൽ ദേഹോളം ഞാൻ ജനിക്കും രണ്ടിൻ മദ്ധ്യേ

ചിജ്ജഡഗ്രന്ഥി ബന്ധം ജീവൻ സൂക്ഷ്മദേഹമോ-
ടിജ്ജനിയഹം ചിത്തമെന്നുണ്ടിതിന്നുപേർകൾ

രൂപത്തെപ്പറ്റിയുണ്ടാം രൂപത്തെപ്പറ്റിനിൽക്കും
രൂപത്തെപ്പറ്റിയുണ്ടുരൂപവും വൃദ്ധിയാകും

രൂപത്തെവിട്ടു വേറേരൂപത്തെപ്പറ്റും ചിത്രം
രൂപം തേടിയാലോടും രൂപമില്ലീയഹംപേയ്

അഹന്തയുണ്ടെന്നാകിലഖിലം താനുമുണ്ടാം
അഹന്തയില്ലെന്നാകിലഖിലംതാനുമില്ല

അഹന്തതന്നേയെല്ലാമതിനാലെന്താണീതെ-
ന്നഹന്തതന്നെത്തേടലഖിലത്യാഗമാകും

അഹംഭാവം തോന്നാത്തതഹം ബ്രഹ്മഭാവമാം
അഹംഭാവം തോന്നീടുമടിസ്ഥാനമെത്താതേ

അഹംഭാവം നശിക്കില്ലതുനാശമാകാഞ്ഞാൽ
അഹംബ്രഹ്മഭാവത്തിലമരുന്നതെങ്ങിനേ

വെള്ളത്തിൽ വീണവസ്തുവെളിയാക്കിടാൻവേണ്ടി
വെള്ളത്തിൽ മുങ്ങുംവണ്ണം വിശുദ്ധബുദ്ധിയാലേ

ഉള്ളത്തിൽ വാക്പ്രാണങ്ങളൊതുക്കിയാണഹന്ത-
കള്ളന്റെ മൂലസ്ഥാനം ഗ്രഹിക്കവേണം കാൺക

അഹമെന്നോതിടാതേയകത്തിലാഴ്മനസ്സാൽ
അഹമെങ്ങുന്നുതോന്നുമതന്വേഷിക്കതന്നേ

ജ്ഞാനവിചാരമെന്യേജ്ഞാനിതല്ലാമതെന്ന
ദ്ധ്യാനം സഹായമെന്യേതാനേവിചാരമാമോ

ഞാനാരെന്നേമനസ്സുൾനാടിഹൃദയം കൂടിൽ
ഞാൻ തലകുത്തിവീഴും ഞാൻ ഞാനെന്നൊന്നുതാനായ്

തോന്നിടും തോന്നിയാലും ദുരഹങ്കാരമല്ല
തോന്നുന്നതിന്റെയർത്ഥം തുരീയപൂർണ്ണവസ്തു

തൻതലവീഴ്ത്തിപ്പൊങ്ങും തന്മയാനന്ദരായാ-
ർക്കെന്തൊന്നു ചെയ്യേണ്ടതായിവ്വിടെയുണ്ടുകാര്യം

ആത്മാവിനന്യമൊന്നുമറിയാത്തവർതത്വം
ഓർത്തുയാരിങ്ങിനേയെന്നുരയ്ക്കുന്നതെങ്ങിനെ

തത്വമെന്നോതുംവേദതാൽപര്യമോർത്തുതന്റെ
തത്വമേതെന്നറിഞ്ഞുതന്നിൽ താൻനിന്നീടാതേ

തദഹംനേദമെന്നുദ്ധ്യാനിക്കദുർബലത്താൽ
തദഹംസ്വരൂപമായ് താനെന്നുമുള്ള താലേ

അറിഞ്ഞീല ഞാനെന്നെയറിഞ്ഞീടും ഞാനെന്നെ
യറിഞ്ഞാലീരണ്ടുമേഹസിക്കാനിടം തന്നേ

താൻവിഷയമായിടാൻ താൻ രണ്ടായിരിക്കണം
താനെന്നുമൊന്നെന്നല്ലോസർവാനുഭവംതാനും

നിത്യവുമെല്ലാവർക്കും നിജരൂപമാംവസ്തു
നൃത്തംചെയ്ത ഹൃത്തിൽകണ്ടാനിലയിൽ നിന്നീടാതേ

ഉണ്ടില്ലരൂപമല്ല ഒന്നുരണ്ടല്ലയെന്നു
ശണ്ഠയും തുടങ്ങിടൽ തന്നേമായാദോഷമാം

സിദ്ധമായുള്ള വസ്തുതേർന്നതിൽ നില്ക്ക സിദ്ധി
സിദ്ധികളന്യമൊക്കേ സിദ്ധമാം സ്വപ്നസിദ്ധി

നിദ്രവിട്ടോർന്നാലുണ്ടോനിജരൂപത്തിൽ നില്ക്കും
ബുദ്ധരായ് മായപോയാർ പുനർമോഹിച്ചീടുമോ

താനുടലെണ്ണംവന്നാൽ തള്ളിത്താനതായ് നിൽക്കാൻ
താനതാണെന്നദ്ധ്യാനംതാനും സഹായമാകും

താനതെന്നെല്ലായ്പ്പോഴുംദ്ധ്യാനം വേണമോനരൻ
താനെന്നുദ്ധ്യാനിക്കുന്നോതാനതുതന്നേയല്ലോ

സാധനകാലേദ്വൈതം സാദ്ധ്യത്തിലേയദ്വൈതം
സാധിക്കുംവാദംതാനും സത്യമല്ലസാദരം

താൻതേടും പോഴും തന്നെത്താൻപ്രാപിച്ചകാലത്തും
താൻദശമനല്ലാതേതാനന്യനായെന്നുണ്ടോ

കർത്താനാമെന്നുവെച്ചാൽകർമ്മഫലഭുക്കാകും
കർത്തായാരെന്നുതന്നെക്കണ്ടാൽ കർത്തൃത്വം പോകും

കർത്തൃത്വം പോയപ്പോഴേകർമ്മങ്ങൾ മൂന്നുംപോകും
നിത്യസിദ്ധമാമീതേനിർമലമുക്തിപദം

ബദ്ധൻഞാനെന്നോളമേബന്ധമുക്തി ചിന്തകൾ
ബദ്ധൻയാരെന്നുതന്നെപ്പാർക്കുമ്പോൾ നിത്യസിദ്ധൻ

മുക്തനാം താനിരിക്കേമുന്നിൽക്കാബന്ധചിന്ത
മുക്തിചിന്തയെങ്ങിനേമുന്നിലേനില്ക്കും ചൊല്ക

രൂപമരൂപംരൂപാരൂപവുമെന്നുമൂന്നു
രൂപങ്ങളുണ്ടുമുക്തിരൂപത്തിലെന്നാൽചൊല്ലാം

രൂപമരൂപംരൂപാരൂപത്തെവിചാരിക്കും
രൂപനാരഹങ്കാരൻ രൂപനാശമേമുക്തി

സത്തിന്റെസ്വരൂപത്തെസദ്വിദ്യാപദ്ധതിയെ
യിത്തരംചൊല്ലി സ്വസ്ഥഹൃത്തിലൊടുങ്ങിതത്ത.

അനുബന്ധം

തത്തയും വീണ്ടും തന്റെതജ് ജ്ഞന്മാർവാക്കുംകൂട്ടി
പത്ഥ്യമനുബന്ധത്തെ ഭാഷിക്കാറായിതിത്ഥം

എതിങ്കൽനില്ക്കുമെല്ലാമെതിന്റെതാണിതെല്ലാം
എതിൽനിന്നുണ്ടായെല്ലാമെതിന്നായുള്ളുവെല്ലാം

എതിനാൽവന്നതെല്ലാ മെതുതന്നേയിതെല്ലാം
അതുതന്നേസദ്വസ്തു അതുനാം ഹൃത്തിൽ കൊള്ളാം

സത്സംഗത്താലേബാഹ്യസംഗംപോംപോയാൽപോകും
ചിത്തസംഗവും ശാന്തചിത്തത്തിൽ വസ്തുജ്ഞാനം

സിദ്ധിയാംതത്വജ്ഞാനസിദ്ധരേ ജീവന്മുക്തർ
സത്സംഗത്തിനെത്തന്നേ സന്തതമാചരിക്ക

സാധുസംഗാലുൾത്തോന്നും സ്പഷ്ടമാം വിചാരത്താൽ
ഏതൊരുപരംപദമിപ്പിടെയെത്തീടാമോ

ബോധകനാൽശാസ്ത്രങ്ങൾ പുണ്യങ്ങളാലും കിട്ടാ
സാധുസംഗത്തെത്തന്നേ സന്തതമാചരിക്ക

സാധുക്കളോടു വാസം സംപ്രാപ്തമായാൽ പിന്നേ
യേതുലാഭത്തിനാണോ ഈ നിയമങ്ങളൊക്കേ

ആയാസമശേഷവുമന്തം ചെയ്മന്ദാനിലൻ
വീയുംപോൾകയ്യിൽ താലവൃന്തം കൊണ്ടെന്തുകാര്യം

പാപങ്ങളൊക്കെപ്പോക്കിപ്പാവനമാക്കുംഗംഗ
താപത്തെത്തീർക്കും ചന്ദ്രൻ ദൈന്യത്തെകല്പവൃക്ഷം

നീക്കുമാമൂന്നോരൊന്നെനീക്കുമാമൂന്നിനെയും
നീക്കീടും സജ്ജനങ്ങൾ നിർമ്മലദർശനം താൻ

കംമയമാംതീർത്ഥങ്ങൾ കൽമണ്മയദൈവങ്ങൾ
നിർമ്മലസാധുക്കൾക്കു നേരെന്നുചൊല്ലിക്കൂടാ

പൂതമാക്കുന്നവകൾ പുഷ്കലകാലം കൊണ്ടേ
സാധുക്കൾ പൂതമാക്കും ദർശനമാത്രത്താലേ

ആർദേവനാർമനസ്സെയറിയുന്നുവോ അവൻ
ഓർക്കിലെൻമനസ്സെന്നാലുണരപ്പെട്ടിടുന്നു.

ആകയാൽനീയേദേവനാകുമെന്നറിഞ്ഞാലും
ഏകോദേവഃ എന്നോതും ഈ ശ്രുതി പ്രമാണത്താൽ

ജ്യോതിനിനക്കേതാണസൂര്യൻ പകലിൽരാത്രൌ
ജ്യോതിദീപാദികളാജ്യോതികൾ ദ്യോതിപ്പിക്കും

ജ്യോതിയേതാണനേത്രം ചൊല്ലുകനേത്രം മൂടിൽ
ജ്യോതിയേതുനീധീയേദ്യോതിപ്പിക്കുന്നതായ

ജ്യോതിയേതഹംതന്നേജ്യോതികൾക്കെല്ലാം ശ്രേഷ്ഠം
ജ്യോതിനീയാകയാലേ ജ്യോതി ഞാൻതന്നെപ്രഭോ

ഹൃദ്ഗുഹാമദ്ധ്യത്തിങ്കലേകമാംബ്രഹ്മമാത്രം
തത്സാക്ഷാൽഞാൻഞാനെന്നുതാനാത്മാവായ് ഭാസിക്കും

ഹൃത്തിലെത്തിട്ടുതന്നെയെണ്ണിയാഴല്ലവായു
നിർത്തത്താലാഴ്മനസ്സാൽ നീയാത്മാവിങ്കൽ നിൽക്ക

അകക്കമലത്തിങ്കമലാചലാകാര
അഹംസ്വരൂപമായിട്ടമരുംചിത്തേതുണ്ടോ

അഹങ്കാരത്തെത്തീരേയകറ്റുകയാലേയാ
അഹംസ്വരൂപച്ചിത്തേയരുളീടുന്നുമോക്ഷം

ദേഹംഘടവജ്ജഡം ചിന്തിക്കില്ലഞാനെന്നു
നാഹമതില്ലാസുപ്തൌ ഞാനിരിക്കുന്നതാലും

കോഹങ്കരന്തൾത്തേടിക്കൂടുമാത്മനിഷ്ഠർക്കുൾ
സോഹംസ്ഫുരണംതാനായ്ത്തോന്നുംപൂർണ്ണാരുണേശൻ

ജനിച്ചതെങ്ങെന്നുതൻ ജനനസ്ഥാനം നാടി
ജനിച്ചതാർബ്രഹ്മത്തിൽ ജനിച്ചതവൻതന്നേ

ജനിച്ചതവൻദിനം സന്തതം നവന്നവൻ
മുനികൾക്കെല്ലാമവൻ മുമ്പനെന്നറിഞ്ഞാലും

നരകാനിത്യദേഹം ഞാനെന്നഭാവം വിട്ടു
നിരന്തരാനന്ദമായ് നിത്യനാം നിന്നെയോർക്ക

ദേഹാഭിമാനത്തോടു തെരിയുന്നതും തന്നെ
ഗ്രാഹമാംകട്ടപറ്റിക്കടൽകടക്കതന്നെ

ദാനംയജ്ഞം തപസ്സുധർമ്മാർത്ഥകാമമോക്ഷം
ജ്ഞാനമാനന്ദം സത്യംന്യാസവും യോഗംഭക്തി

വാനരുൾവസ്തുശാന്തിമരിയാച്ചാവുനിഷ്ഠ
മൗനമെല്ലാം ദേഹാത്മമതിയിൻത്യാഗം തന്നേ

ഭവവിത്താംകർമ്മം വിഭക്തിയും വിയോഗവു-
മവിദ്യയുമാർക്കെന്ന ആത്മവിചാരം തന്നേ

ഭവനാശകം കർമ്മം ഭക്തിയോഗം ജ്ഞാനവും
സ്വവിചാരത്താലഹം ശൂന്യമാ മാവകകൾ

എപ്പൊഴുമില്ലാതുള്ള ഏകമാമാത്മാവായി
നില്പതുതന്നേസത്യ നിഷ്ഠയെന്നറിഞ്ഞാലും

ശക്തിയാൽ താംചലിക്കതന്നെയോക്കാതേസർവ
സിദ്ധികളും പ്രാപിക്കാൻ ചേഷ്ടിക്കുംമത്തർകൂത്തും

എന്നെയെടുത്തുനിർത്തുകെനിക്കീശത്രുവെത്ര
യെന്നപംഗുവിൻകഥക്കിണയെന്നേചൊല്ലീടാം

ചിത്തത്തിൻ ശാന്തിയല്ലോ സിദ്ധമായുള്ളമുക്തി
ചിത്തചേഷ്ടകൂടാതെ സിദ്ധിക്കിൽ സിദ്ധികളിൽ

ചിത്തമുള്ളോരെങ്ങിനെചിത്തക്കലക്കമറ്റ
മുക്തിയാനന്ദത്തിങ്കൽ മുങ്ങാൻ സാധിക്കുംചൊൽക

ഭൂഭരധാരിയീശനുഭൂമിവഹിക്കജീവൻ
ഗോപുരധാരിബിംബക്കൂത്തുപോൽഹാസ്യംതന്നേ

വണ്ടിപ്രയാണിഭാരം വണ്ടിവെക്കാതെശീർഷം
കൊണ്ടുക്ലേശപ്പെടുന്നകുറ്റമാരുടേതാർക്ക

സ്തനമദ്ധ്യമാമുരസ്തനക്കധഃകുക്ഷിമേൽ
അണയുംവസ്തുക്കളൊററനേകവർണ്ണത്തിലായ്

അതിലൊന്നാമ്പലരുമ്പതുപോൽരണ്ടുവിരൽ
മിതംവലഭാഗത്തിൽ വിളങ്ങീടും ഹൃദയം

അതിൻമുഖംവിരുദ്ധമകമുണ്ടല്പരന്ധ്രം
അതിൽരാഗാദിപൂർണ്ണമമരുന്നന്ധകാരം

അതെല്ലാനാഡികൾക്കുമാശ്രയം മനഃപ്രാണൻ
അതുല്യതേജസ്സിന്നുമായതേവാസസ്ഥാനം

ഹൃൽപത്മഗുഹാന്തരത്തീശൻഗുഹേശനീഢ്യൻ
തദ്ഗുഹേശൻ ഞാനെന്നുസന്തതം സോഹംഭാവം

ദേഹോഹംപോലഭ്യാസാൽദൃഢമായാൽദേഹോഹം
മോഹംപോംഭാസ്കരൻ മുൻമുഖംകാട്ടാവിരുൾപോൽ

ഇതൊക്കേമെഹത്തായ ഏതു കണ്ണാടിയിങ്കൽ
പ്രതിബിംബിക്കുന്നുണ്ടോ പ്രാപഞ്ചികജീവർക്കു

ആഹൃദയമെന്നോതുന്നതേതെന്നോതീടേണ-
മീദൃശം കേട്ട രാമന്നിതോതിനാൻ വസിഷ്ഠൻ

ഹേരാമഭൂജീവർക്കു ഹേയവുമുപാദേയ
മീരീതി രണ്ടുവിധമീഹൃദയവും കേൾക്ക

പരിമാണമുള്ളതാം പരിച്ഛിന്നദേഹത്തി-
ലൊരംഗമാർവ്വകത്തിലുപാംഗമാം ഹൃദയം

തള്ളേണ്ടതായഹേയം താനറിവാം ഹൃദയം
കൊള്ളേണ്ടു മുപാദേയം കൂടുമതുള്ളും ബാഹ്യം

അതുള്ളിൽപുറത്തില്ല അതേഹൃദയം മുഖ്യം
അതിൽ നില്ക്കുമീതെല്ലാമതെല്ലാ വസ്തുക്കൾക്കു

മാധാരാദർശമാകുമതെല്ലാ ഐശ്വര്യങ്ങൾ
ക്കാഗാരമാചിജ്ജീവരഖിലർക്കും ഹൃദയം

അസ്ഥിരംകൽപോൽജഡ മാകുമീദേഹത്തിങ്കൽ
സംസ്ഥിതമോരംഗത്തെച്ചാർന്നതോരംശമല്ല

ആ ശുദ്ധചിദ്ധൃദയമാശ്രയിപ്പിക്ക ചിത്തം
വാസനയോടും പ്രാണവായുവുമൊടുങ്ങീടും

യച്ചിത്തുണ്ടുപാധികളെല്ലാം വിട്ടേകമായി
തച്ചിവോഹമിങ്ങിനേസന്തതം ധ്യാനം ചെയ്തു

സക്തികൾസർവത്തെയും സന്ത്യജിച്ചിട്ടാലും നീ
യുക്തിയാൽ ഭേദാവസ്ഥയൊക്കയും വിചാരിച്ചു

സത്യമായിരിക്കുന്ന തൽപരംപദം തന്നെ
ഹൃത്തിങ്കൽ പറ്റിലോകേ നിത്യം കളിക്ക രാമ

സർവ്വദൃശ്യങ്ങൾക്കുള്ളും സത്യം കണ്ടു തദ്ദൃഷ്ടി
സർവ്വദാകൊണ്ടിഷ്ടം പോലുർവ്വിയിൽ വിഹാരിക്ക

ഉത്സാഹനന്ദങ്ങളുമുൾത്താപകോപങ്ങളു-
മുദ്യമാരംഭങ്ങളുമുള്ളവൻപോൽ, വ്യാജത്താ-

ലാശയശുദ്ധനായിട്ടഖിലത്തിൽ കേളിക്ക
ആശകളില്ലാതെല്ലാ അവസ്ഥാതുല്യൻവേഷ

യുക്തംപോൽബാഹ്യേ ഭൂമൗനിത്യം കളിക്കരാമ
വ്യക്തവിഷയങ്ങളെ വീട്ടിയോൻവിവേകത്താൽ

സത്യാത്മവിത്താംജ്ഞാനസത്താവസംസ്ഥൻകവിഃ
മൃത്യുവിൻമൃത്യുവിദ്വാൻ മൃത്യുഹന്താവാംവീരൻ

ജ്ഞാനവജ്രംധരിച്ചോൻ ജ്ഞാനാഗ്നിമയൻകാൺകെ
ആ നിജതത്വവിത്തി നശ്രമം വർദ്ധിച്ചീടും

ബലവും ബുദ്ധിതേജസ് പാരിടത്തിൽ വസന്തം
വിലസിച്ചീടുമപ്പോൾ വൃക്ഷത്തിൻസൗന്ദര്യാദി

മേനിഗുണങ്ങൾക്കേറെ മേളനം കാണുംപോലെ
മാനസംദൂരത്താക്കി മാനുഷൻ കഥാകേട്ടും

കേട്ടില്ലവാസനകൾകെട്ടമനസ്സുചെയ്തും
വാട്ടമില്ലകർത്താവേവാസനകൂടും ചിത്തം

കാര്യം ചെയ്തില്ലെന്നാലും കർത്താവേസ്വപ്നത്തിങ്കൽ
കായം നിശ്ചലം ശൈലാൽ ഗർത്തത്തിൽ വീഴും പോലെ

വണ്ടിയിൽ സുഷുപ്തന്നു വണ്ടിയിൻ പോക്കും നിൽപ്പും
വണ്ടിയെവിട്ടിരക്കും വണ്ണവും ദേഹമാകും

വിമാനസുപ്തജ്ഞാനിവ്യവഹാരങ്ങളുക്കും
സമാധിനിദ്രകൾക്കും സമാനമെന്നുകാൺക

ജാഗ്രം സ്വപ്നം സുഷുപ്തിചാരും ജീവർക്കുമേലായ്
ജാഗ്രസുഷുപ്തിയെന്നു ശാസ്ത്രം ചൊൽതുരീയമേ

വസ്തുവായ് മൂന്നവസ്ഥവാസ്തവമാകാത്തതാൽ
തത്തുരീയുമെന്നതേ സത്യം തുരീയാതീതം

ആഗാമിസഞ്ചിതങ്ങളന്തമാം ജ്ഞാനിക്കെന്നും
ഭോഗായ പ്രാരാബ്ധംതാൻ പോകാതിരിക്കുമെന്നും

പറഞ്ഞിടുന്നവാക്യം പരപ്രശ്നയ്ക്കുത്തരം
പറഞ്ഞതെന്നല്ലാതെ പരമാർത്ഥമായല്ല

ഭർത്താപോയ് വൈധവ്യത്തെ പ്രാപിക്കും
പത്നികൾ പോൽ
കർത്താപോയ് ശേഷിക്കില്ല കർമ്മങ്ങൾ മൂന്നിലൊന്നും.

പുത്രദാരാദിയല്പബുദ്ധിക്കുതദ്വച്ഛാസ്ത്ര
വിത്തുക്കാശാസ്ത്രം യോഗവിഘ്നമന്തസ്സംസാരം

എഴുത്തറിഞ്ഞതാങ്ങളെങ്ങുന്നുണ്ടായെന്നോർന്നി–
ട്ടെഴുത്തഴിക്കാൻ ബുദ്ധിഹീനരെഴുത്തോർന്നെന്തു

ശബ്ദഗ്രാഹിയന്ത്രത്തിൻ സാമ്യരേവേറാർചൊല്ക
ശബ്ദാർത്ഥജ്ഞന്മാരായും ശാന്തിയില്ലാരെക്കാളും

വിദ്യാവിഹീനന്മാരേ വിശേഷിച്ചുജ്ജീവിച്ചാർ
വിദ്യമദപ്പേയ്കൊണ്ടും വിചാരങ്ങളാം ചിന്താ

ക്ലേശം വാക്ക് ക്ലേശമർത്ഥകീർത്തിലാഭാർത്ഥം കായ
ക്ലേശരോഗങ്ങൾ കൊണ്ട് കേടവർക്കില്ലയല്ലോ

എല്ലാലോകം തുരുമ്പിനിണയായിരുന്നാലും
എല്ലാരഹസ്യങ്ങളുമിവർകയ്ക്കലായാലും

പുകഴ്ച്ചവേശ്യാദാസ്യം പോക്കുകസാദ്ധ്യമല്ല
അഖിലത്തിൽ താനല്ലാതാരുണ്ടുതന്നെയേവർ

എന്തൊന്നുചൊല്ലിയാലുമെന്താണതന്നെത്താനേ
നിന്ദിക്കസ്തുതിക്കതാൻ നിർവികാരനേയല്ലോ

താനന്യഭാവം വിട്ടുതന്നിലവിട്ടീടാതേ
താനെന്നുമൊന്നായ് നില്ക്കും തങ്കലേ താനായ് നില്ക്ക

അദ്വൈതം ഭാവത്തിങ്കലാചരിച്ചീടെപ്പോഴും
അദ്വൈതം കാര്യത്തിങ്കലാവതല്ലൊരിക്കലും

അദ്വൈതം മൂന്നുലോകത്താവാമാചാര്യനോടു-
മദ്വൈതമൊരിക്കലുമാചരിച്ചിടരുതേ.

അഹംവേദാന്തസാരമതും സത്യമായ്ച്ചൊല്ലാം
അഹംചത്താലഹമായഹംതന്നേശേഷമാം

എന്നനുബന്ധം തന്നെയിങ്ങിനെചൊന്നശേഷം
തന്നിലതന്നിൽതണ്ണിതാൻ മൗനമാർന്നമർന്നു.

ശ്രീ
സദ്ദർശനം, സാനുബന്ധം
സംപൂർണ്ണം



ഏകാത്മ പഞ്ചകം
(വഞ്ചിപ്പാട്ട്)

ആത്മസ്വരൂപമാം തന്നെ മറന്നിഹശരീരത്തെ
യാത്മാവെന്നുധരിച്ചെണ്ണ, മില്ലാതജന്മം
എടുത്തലഞ്ഞൊടുവിൽതൻ, സ്വരൂപത്തിലുണർന്നതായ്
ലസിപ്പതുപാർത്തീടുകിൽ, ധരയിലെങ്ങും
തെണ്ടിത്തിരിയുന്നതായിക്കണ്ടകിനാവുവിട്ടുണർ
ന്നിണ്ടലേതും കൂടാതിരിപ്പതുപോലെയാം.

(1)

ആത്മാവായ്ത്താനിരിക്കവെ, താനാരെന്നും
താനെങ്ങെന്നും
കേൾപ്പതേവനവൻ മദ്യപാനം ചെയ്തിഹ
ഞാനാരെന്നും ഞാനെങ്ങെന്നു, മസംബന്ധം പുലമ്പീടു
മദ്യപാനിക്കുതന്നെഹാ, സമാനമാകും...........

(2)

ഉടലാത്മാവിനുള്ളിലെ, യിരിക്കവെയാത്മാവിനെ
ജഡമാകുമുടൽക്കുള്ളായ്, കരുതുംമർത്ത്യൻ
ചിത്രത്തിനാധാരമായി, തത്രസ്ഥിതിചെയ്തീടുന്ന
വസ്ത്രം ചിത്രത്തിനുള്ളിലായ്, ധരിക്കുന്നവൻ

(3)

സ്വർണ്ണത്തിൽ നിന്നുഭിന്നമാ, യുണ്ടോനിലഭൂഷണത്തി–
ലെന്നപോലെയാത്മാവിങ്കൽ, നിന്നുഭിന്നമാ
യുണ്ടോ ശരീരമൊന്നിഹ, ജ്ഞാനഹീനൻശരീരത്തെ
യാത്മാവായി നിനച്ചീടും, തന്നെയറിഞ്ഞ

ജ്ഞാനിയൊഹാതന്നെയാത്മാ,
വായിത്തന്നെ കണ്ടീടുന്നു.
പരമാർത്ഥമിതുവിധം ധരിച്ചു കൊൾക.
(4)

എന്നും നിലനില്പതാകും, സത്യവസ്തുവാത്മാവൊന്നെ
യാവസ്തുവെയാദിഗുരു, ചൊല്ലാതെചൊല്ലി
അറിയിച്ചിതെന്നുവെച്ചാ, ലപരനേവനിങ്ങതു
പറഞ്ഞിഹ ധരിപ്പിപ്പാൻ, കഴിയും ചൊൽക
(5)

ഏകാത്മാവിൻ തത്വമിതും വന്നുണർത്തിയനവരുടെ
ദേഹാത്മ ഭാവബന്ധത്തെ ചിതറിപ്പിച്ചു
ഏകാത്മജ്ഞാനസ്വരൂപനായഗുരുരമണൻതാൻ
ചൊന്നതാകുമീയേകാത്മ, പഞ്ചകത്തിങ്കൽ

(മു-ക-മുരുകനാർ)

ഏകാത്മപഞ്ചകം
സംപൂർണ്ണം.

അരുണാചലബ്രഹ്മം

1

കാരുണ്യപീയൂഷം കൊണ്ടുനിറഞ്ഞതാം
സാരസർവസ്വമാം സാഗരമേ-
തിങ്ങും മയൂഖ വിലാസങ്ങൾ കൊണ്ടുതാ-
നെങ്ങും ജഗത്തെ വിഴുങ്ങുന്നോനായ്
സർവ്വദിക്കിങ്കലും വ്യാപിച്ചനന്തമാം
നിർവാണമേല്ക്കുന്ന വിശ്വരൂപ-
ശാശ്വതബ്രഹ്മമാമെന്നരുണാചല-
ശാശ്വതജ്യോതിസ്സിൻ കന്ദളമെ-
ചിത്തമാമംബുജം നന്നായ് വികസിപ്പാ-
നൊത്തൊരരുണനായ്ത്തീർന്നിടേണം.

2

ജ്യോതിസ്വരൂപനാം നിന്നിലല്ലോ സർവ-
ഭൂതങ്ങൾ ചിത്രമായുത്ഭവിച്ചു
ജാതമോദം സ്ഥിതിചെയ്തുകൊണ്ടന്ത്യത്തി-
ലാതങ്കമെന്നിയെ ലീനമാകും
എന്നരുണാചല- ചിന്തിച്ചുനോക്കുമ്പോ-
ളിന്നുനീയ്യല്ലാതെയൊന്നുമില്ല
നീതാനഹമെന്നുള്ളാത്മഭാവം പൂണ്ടു
ശ്രീതാവും ചിത്തമാമാകാശത്തിൽ
ആനന്ദതാണ്ഡവം ചെയ്യുന്നു, നിന്നെത്താൻ
നൂനം ഹൃദയമെന്നോതീടുന്നു.

3

ഈയഹം ബുദ്ധിതാനെങ്ങുന്നു വന്നുവെ-
ന്നായത്തമാകിയ ചിത്തശുദ്ധ്യാ
അന്തരംഗത്തിങ്കൽ മാർഗ്ഗണം ചെയ്യുമ്പോ-
ളന്തികെ കാണാമസ്വ സ്വരൂപം
സ്വാത്മാവു നീ താനെന്നോർത്തരുണാചല-
സ്വാത്മസ്ഥിതർ നിന്നെധ്യാനിക്കുമ്പോൾ
അബ്ധിയിൽ ചെന്നങ്ങുചേരും നദിയെപ്പോൽ
വൃത്തികളെല്ലാമടങ്ങിയോരായ്
സ്വാന്തം തെളിഞ്ഞങ്ങു ചാഞ്ചല്യമെന്നിയെ
ശാന്തരായ്ത്തീരുന്നു താദാത്മ്യത്താൽ

4

പുത്രകളത്രാദി ബാഹ്യങ്ങൾ കൈവിട്ടു
നിത്യവും പ്രാണനിരോധനത്തിനാൽ
മാനസമൊട്ടാകെ നിഗ്രഹം ചെയ്തുകൊ-
ണ്ടൂനം കൂടാത്തോരാ യോഗിവര്യർ
അന്തർമ്മുഖന്മാരായന്യൂനചിന്തയാൽ
സന്തതം ധ്യാനൈകതാനന്മാരായ്
വാഴുന്നോർ നിന്നെത്താനെന്നരുണാചല-
കാണുന്നു ജ്യോതിസ്വരൂപമായി.

5.

നിന്നിലർപ്പിച്ചോരു മാനസം കൊണ്ടുഹാ
നിന്നെത്താൻ വിശ്വസ്വരൂപനായി
സ്വാത്മൈക്യഭാവത്തിൽ സന്തതം കണ്ടുക-
ണ്ടാത്മാനന്ദം മുദാ തേടിടുന്നോർ

നിശ്ചല പ്രേമത്തോടെന്നരുണാചല-
സച്ചിദാനന്ദമേ- നിന്നെത്തന്നെ
ശുദ്ധമനന്യമാം പ്രീത്യാഭജിക്കുമ്പോൾ
മുക്തരായാനന്ദമഗ്നരാകും.

ഓം തത് സത്.

എത്ര സുലഭമാണാത്മസാക്ഷാത്ക്കാരം

എത്രസുലഭമാണാത്മസാക്ഷാൽക്കാര-
മിത്ര സുലഭമായെന്തു വേറെ

സത്യമാണാത്മാവു സാധാരണന്മാർക്കും
സത്യമായ്ത്താനിതു വർത്തിക്കുന്നു.

കയ്യിലിരിക്കുന്നോരാമലകം പോലും
പൊയ്യായ് വരുമതില്ലെന്നു ചൊന്നാൽ

ഹൃത്തിലായ് സൂര്യനെപ്പോലെ തിളങ്ങുന്ന
സത്താമി സ്വാത്മാവു സർവ്വവ്യാപീ

മിഥ്യയാം വൃത്തികളൊട്ടാകെ നീങ്ങുമ്പോൾ
ചിത്താമാസ്വാത്മാവുമുജ്ജ്വലിക്കും

വൃത്തികൾ താനല്ലോ മിഥ്യാ പ്രകൃതിക്കി-
ന്നൊത്ത നിദാനമെന്നോർത്തിടേണം

സത്യമായ് തോന്നുന്ന ലോകദേഹാദികൾ
മിഥ്യയാണാത്മാവേ സത്യമാകൂ

ചിത്പ്പുമാനായുള്ളോരാത്മാവു ശോഭിക്കി-
ലപ്പോഴേ നീങ്ങുമീയന്ധകാരം

ചീർത്തുള്ളോരാധികളൊക്കെ ശമിച്ചീടു-
മോർത്താലതൊന്നു താനാനന്ദദം

എത്രസുലഭമാണാത്മസാക്ഷാൽക്കാര-
മിത്ര സുലഭമായെന്തുവേറെ

-ഇത്തനുഞാ-നെന്ന ഭാവച്ചരടിങ്കൽ
വൃത്തിരുദ്രാക്ഷങ്ങൾ കോർത്തിരിപ്പൂ

-ഞാനാരാ ണെങ്ങുന്നുവന്നു- വെന്നാരാഞ്ഞു
നൂനം നിമജ്ജനം ചെയ്തിടുമ്പോൾ

വൃത്തികളൊക്കെയും മാഞ്ഞുമറഞ്ഞുപോ
മത്തല്ലിലാത്മാവുമുദ്ഗമിച്ചു.

-ഞാൻ ഞാന-തെന്നുള്ള ബോധസ്വരൂപമാ-
യുജ്ജ്വലിച്ചീടുന്നു ഹൃദ്ഗുഹയിൽ

ഇസ്ഥിതിതാനല്ലോ സ്വർഗ്ഗവും ശാന്തിയു
മിസ്ഥിതി തന്നെ ചിദാനന്ദവും

എത്ര സുലഭമാണാത്മസാക്ഷാൽക്കാര-
മിത്ര സുലഭമായെന്തുവേറെ.

എന്തൊരു കാര്യമാസ്വാത്മാവ്വൊഴിച്ചന്യ
ചിന്തകൊണ്ടെന്നതുമോർത്തീടുക

എന്തൊന്നു വേറിട്ടറിയുവാനുള്ളു ഹാ
സന്തതം സ്വാത്മാവേ കാണുന്നോനു

സർവ്വഭൂതത്തിലുമേകമാമാത്മാവേ
സർവ്വദാ തന്നിലായ് കാണുന്നോനു

അന്തരംഗത്തിലായ് സ്വാത്മജ്യോതിസ്സുതാ-
നന്തരായം വിനാ ശോഭിച്ചീടും

ഇസ്ഥിതി തന്നെയാണുത്തമാനുഗ്രഹ-
മിസ്ഥിതിതാനഹം ബുദ്ധിനാശം

ഇസ്ഥിതി സച്ചിദാനന്ദ സ്വരൂപമാ-
ണിസ്ഥിതി തന്നെയിന്നാനന്ദം.

എത്ര സുലഭമാണാത്മ സാക്ഷാൽക്കാര-
മിത്ര സുലഭമായെന്തു വേറെ.

ജന്മമരണാദിയായുള്ള ഭീകര
കന്മഷമൊക്കെയകലുവാനും

കർമ്മബന്ധങ്ങളും മോഹജാലങ്ങളും
നിർമ്മായമൊക്കെയും നീങ്ങുവാനും

മുറ്റുമിതിനേക്കാൾ സൗകര്യമേറുന്ന
മറ്റുമാർഗ്ഗങ്ങളിന്നൊന്നുമില്ല

ആകയാൽ കായവാങ്ങ്മാനസ വൃത്തിക-
ളാകവേ നിഗ്രഹം ചെയ്തുവാഴ്ക.

അപ്പോളകത്തുള്ള ശുദ്ധജ്യോതിസ്സുതാൻ
ചിൽപ്പുമാനായ് സദാ ശോഭിച്ചീടും

സർവ്വഭയങ്ങളും ദൂരത്തുനീങ്ങുമീ
നിർവ്വാണമൊന്നേ പരമാനന്ദം

എത്ര സുലഭമാണാത്മസാക്ഷാൽക്കാര-
മിത്ര സുലഭമായെന്തു വേറെ.

സച്ചിദാനന്ദമാമെന്നരുണാചല-
സച്ചിൽ സ്വരൂപമേ- സാക്ഷിഭൂത-

പഞ്ചഭൂതങ്ങളെ ദർശിക്കും നേത്രാദി
പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളെ ശോഭിപ്പിക്കും

മാനസക്കണ്ണിനു കണ്ണായി വർത്തിക്കും
ജ്ഞാനക്കണ്ണാകിയ ശാന്തഹൃത്തിൽ

സുസ്ഥിതി കൈകൊണ്ടു താദാത്മ്യമേല്ക്കിലോ
മുക്തനായ്ത്തീർന്നീടും കാരുണ്യത്താൽ

സ്വാത്മാവിലമ്പിയന്നീടുന്നവരെന്നും
സ്വാത്മാവിൽ തന്നെ ലയിച്ചീടുന്നു.

എത്ര സുലഭമാണാത്മസാക്ഷാൽക്കാര-
മിത്ര സുലഭമായെന്തു വേറെ.

ഓം തത് സത്



ബ്രഹ്മജ്ഞാനാവലി

അസംഗോഹം അസംഗോഹം
അസംഗോഹം പുനഃപുനഃ
സച്ചിദാനന്ദരൂപോഹം
അഹമേവാഹമവ്യയഃ 1

നിത്യശുദ്ധ വിമുക്തോഹം
നിരാകാരോഹമവ്യയഃ
ഭൂമാനന്ദസ്വരൂപോഹം
അഹമേവാഹമവ്യയഃ 2

നിത്യോഹം നിരവദ്യോഹം
നിരാകാരോഹമച്യുതഃ
പരമാനന്ദ രൂപോഹം
അഹമേവാഹമവ്യയഃ 3

ശുദ്ധചൈതന്യരൂപോഹം
ആത്മാരാമോഹമേവച
അഖണ്ഡാനന്ദരൂപോഹം
അഹമേവാഹമവ്യയഃ 4

പ്രത്യക് ചൈതന്യ രൂപോഹം
ശാന്തോഹം പ്രകൃതേഃപരഃ
ശാശ്വതാനന്ദ രൂപോഹം
അഹമേവാഹമവ്യയഃ 5

തത്വാതീതഃ പരാത്മാഹം
മദ്ധ്യാതീതഃ പരഃശിവ
മായാതീതഃ പരംജ്യോതിഃ
അഹമേവാഹമവ്യയഃ 6

നാമരൂപവ്യതീതോഹം
ചിദാകാരോഹമച്യുതഃ
സുഖരൂപ സ്വരൂപോഹം
അഹമേ വാഹമവ്യയഃ 7

മായാതൽകാര്യ ദേഹാദി
മമ നാസ്ത്യേവ സർവ്വദാ
സ്വപ്രാകശൈക രൂപോഹം
അഹമേവാഹമവ്യയഃ 8

ഗുണത്രയവ്യതീതോഹം
ബ്രഹ്മാദീനാംച സാക്ഷ്യഹം
അനന്താനന്ദ രൂപോഹം
അഹമേവാഹമവ്യയഃ 9

അന്തര്യാമി സ്വരൂപോഹം
കൂടസ്ഥഃസർവ്വഗോസ്മ്യഹം
പരമാത്മ സ്വരൂപോഹം
അഹമേവാഹമവ്യയഃ 10

നിഷ്കളോഹം നിഷ്ക്രിയോഹം
സർവ്വാത്മാദ്യഃ സനാതനഃ
അപരോക്ഷ സ്വരൂപോഹം
അഹമേവാഹമവ്യയഃ 11

ദ്വന്ദ്വാദി സാക്ഷിരൂപോഹം
അചലോഹം സനാതനഃ
സർവ്വസാക്ഷി സ്വരൂപോഹം
അഹമേവാഹമവ്യയഃ 12

പ്രജ്ഞാന ഘന ഏവാഹം
വിജ്ഞാന ഘന ഏവച
അകർത്താഹം അഭോക്താഹം
അഹമേവാഹമവ്യയഃ 13

നിരാധാര സ്വരൂപോഹം
സർവ്വാധാരോഹമേവച
ആപ്തകാമ സ്വരൂപോഹം
അഹമേവാഹമവ്യയഃ 14

താപത്രയ വിനിർമ്മുക്തോ
ദേഹത്രയ വിലക്ഷണഃ
അവസ്ഥാത്രയ സാക്ഷ്യസ്മി
ചാഹമേവാഹമവ്യയഃ 15

ദൃക്ദൃശൌ ദ്വൌ പദാർത്ഥൌ സ്തഃ
പരസ്പരവിലക്ഷണൌ
ദൃക് ബ്രഹ്മഃ ദൃശ്യം മായേതി
സർവ്വവേദാന്ത ഡിണ്ഡിമഃ 16

അഹം സാക്ഷീതിയോ വിദ്യാൽ
വിവിച്യൈവം പുനഃപുനഃ
സ ഏവമുക്തഃ സോ വിദ്വാൻ
ഇതി വേദാന്ത ഡിണ്ഡിമഃ 17

ഘടകഡ്യാദികം സർവ്വം
മൃത്തികാമാത്രമേവച
തദ്വൽ ബ്രഹ്മജഗൽ സർവ്വം
ഇതി വേദാന്ത ഡിണ്ഡിമഃ 18

ബ്രഹ്മസത്യംഃ ജഗന്മിഥ്യാഃ
ജീവോ ബ്രഹ്മൈവനാ പരഃ
അനേന വേദ്യം സ്വച്ഛാസ്ത്രം
ഇതി വേദാന്ത ഡിണ്ഡിമഃ 19

അന്തർജ്യോതി ബഹിർജ്യോതി
പ്രത്യക്ജ്യോതിഃ പരാൽപരഃ
ജ്യോതിർജ്യോതിഃ സ്വയംജ്യോതിഃ
ആത്മജ്യോതിഃ ശിവോസ്മ്യഹം 20

ഓം തത് സത്



ശ്രീഭഗവാന്റെ ഉപദേശം

ആത്മീയ്യോന്നതിക്കായുള്ള തൃഷ്ണ ജന്മനാ മനുഷ്യ നിലുണ്ട്. എന്നാൽ, ആത്മസാക്ഷാൽക്കാരത്തിന് അപ്രാപ്തനൊ അനർഹനോ ആണെന്നും, സംസാരത്തിലെ നിസ്സാരങ്ങളായ ആശാപാശങ്ങളാൽ താൻ ബദ്ധ നാണെന്നും ആ ബന്ധനത്തിൽ നിന്നുള്ള മോചനം അത്യന്തം ദുഃസ്സാദ്ധ്യമാണെന്നും മനുഷ്യൻ വിചാരിക്കുന്നു.

ഈ തെറ്റായ ധാരണ നിമിത്തം, ആത്മീയ്യോ ന്നതിക്കായുള്ള ആഗ്രഹവും, അതിനു താനശക്ത നാണെന്നുള്ള ബോധവും തമ്മിൽ മനുഷ്യന്റെ മനസ്സിൽ ദ്വന്ദ്വം ഉണ്ടാക്കുന്നു.

മനുഷ്യന്റെ മേൽപറഞ്ഞ മനോഭാവത്തെ, ഭഗവാൻ ശ്രീ രമണമഹർഷി, താഴെ വിവരിക്കുന്ന, തന്റെ സന്ദേശങ്ങളെയും ഉപദേശങ്ങളെയും കൊണ്ട്, തീരെ നശിപ്പിച്ച്, സ്വപ്രകാശത്തെ ഉദ്ധരിപ്പിക്കുന്നു.

പ്രകൃത്യാ മനുഷ്യനിൽ ദിവ്യത്വവും ബലവുമുണ്ട്. എന്നാൽ ദുർബ്ബലം മനുഷ്യന്റെ മനസ്സിനും ചിന്തകൾക്കു മല്ലാതെ മനുഷ്യന്നില്ല. ഈ ബോധത്തോടും ദൃഢ വിശ്വാസത്തോടും കൂടി ഒരുവൻ പ്രവർത്തിച്ചാൽ തന്നെ അദ്ദേഹത്തിന് സിദ്ധിയുടെ പകുതി സാദ്ധ്യപ്പെട്ടതായി വിചാരിക്കാം.

ശരീരം, മനസ്സ് ഇവയെ സംബന്ധിച്ച മനുഷ്യന്റെ ചിന്തകളെ ശുദ്ധിവരുത്തി, ഉപരിയായ വസ്തുവിലേക്ക് അദ്ദേഹത്തിന്റെ മനസ്സിനെയും ചിന്തകളെയും ഉദ്ധരി പ്പിക്കുവാൻ, ഒരു സാധകൻ, സ്നാനം, സന്ധ്യാ ജപം, ഹോമം, വേദാദ്ധ്യയനം, ദേവതാപൂജ, നാമകീർത്തനം, യജ്ഞം, തീർത്ഥയാത്ര, ദാനം, വ്രതം മുതലായ സാധനങ്ങളെ സശ്രദ്ധം അനുഷ്ഠിക്കേണ്ടതാകുന്നു. മേൽപറഞ്ഞ സൽകർമ്മങ്ങളെ, ലോക ബന്ധങ്ങൾക്ക ധീനമാകാതെ, യഥാവിധി നിഷ്കാമ്യമായി അനുഷ്ഠിച്ചു കൊണ്ട് ആത്മവിചാരം ചെയ്താൽ നിസ്സംശയം ഒരുവന് മനശ്ശുദ്ധി ലഭിക്കുന്നതാകുന്നു.

ആരംഭിണാംക്ഷീയ്യമാണ രാഗാണാമധികാരിണാം
കർമ്മാണ്യൈതാനി, സർവ്വാണിഭൂയസൈ്യ ചിത്തശുദ്ധയെ-

സാരം :- ഒരു പ്രാരംഭകന്, മേൽപറഞ്ഞ കർമ്മങ്ങൾ ആഗ്രഹത്തെ നശിപ്പിച്ച് ചിത്തശുദ്ധി വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു.

ശ്രീരമണഗീതാ-അ. VII-14

എന്നാൽ, മേൽപറഞ്ഞവിധം അതിശ്രദ്ധ കൂടാതെ, ആത്മ വിചാരം വഴിക്ക് ശാശ്വതനെ അറിവാൻ ചെയ്യുന്ന ശ്രമം ഒരുവനെ ലോകബന്ധത്തിലേക്കു നയിപ്പിക്കുന്നു.

കൃതിമഹൊദധൗ പതനകാരണം
ഫലമശാശ്വതം ഗതിനിരൊധകം

സാരം :- വാസനയിൽ നിന്നുണ്ടായതും നശ്വരങ്ങളുമായ കർമ്മഫലങ്ങൾ, ഒരുവനെ കർമ്മസമുദ്രത്തിൽ ചാടിക്കയല്ലാതെ സൽഗതിക്കുപയോഗമായി വരികയില്ല.

ഉപദേശസാരം 2.

മുൻപറഞ്ഞ പൂജ, ജപം മുതലായ സാധനങ്ങളെ അതിശ്രദ്ധയോടും ഭക്തിയോടും ചെയ്താൽ അവർക്കുള്ള ഗുണം ഒന്നിനൊന്നുപരിയാണെന്നും ശ്രീ ഭഗവാൻ അരുളി ചെയ്തിരിക്കുന്നു. മന്ത്രമൊ ഈശ്വരനാമമൊ ഉറക്കെ ഉച്ചരിച്ചും കൊണ്ട് ചെയ്യുന്ന ജപം ഈശ്വര സ്തുതി പാടുന്നതിനെക്കാൾ ഫലപ്രദമാകുന്നു. എന്നാൽ ഉപാംശു ജപം അല്ലെങ്കിൽ മന്ത്രത്തെയൊ ഈശ്വരനാമത്തെയൊ താണസ്വരത്തിൽ ഉച്ചാരണം ചെയ്യുന്നതിനു മുൻപറഞ്ഞതിലധികം ഫലമുണ്ട്. ആജ്യധാരയൊ, സ്രോതസ്സോ പോലെ മനസ്സുകൊണ്ടു വളരെ വ്യക്തമായി ചെയ്യുന്ന ജപസാധന എല്ലാ സാധനകളിൽവെച്ച് അത്യുത്തമമാകുന്നു.

ആജ്യധാരയാസ്രോതസാസമം-
സരളചിന്തനം വിരളതഃപരം.

സാരം :- ഇടവിട്ടുകൊണ്ടു ചെയ്യുന്ന ധ്യാനത്തെ

ക്കാൾ നെയ്യ്ധാരയുടെയൊ പുഴയുടെയൊ ഒഴുക്കുപോലെയുള്ള സന്തതധ്യാനം അത്യുത്തമവും ശക്തിമത്തും ആകുന്നു.

ഉപ–സാ.7

ആത്മീയ സാധനകളെപറ്റി ചുരുക്കത്തിൽ വിവരണം ചെയ്യുന്നത് ഒരു സാധകനു സഹായമായി വരുന്നതാകുന്നു. എന്നാൽ യഥാവിധി ചെയ്യുന്ന, മുൻപറഞ്ഞ ഓരോ സാധനത്തിന്റെ അനുഷ്ഠാനവും വളരെ ഫലപ്രദവും ഇവിടെ വിവരിക്കുന്നവിധം, മേൽപറഞ്ഞ എല്ലാ അഭ്യാസ മാർഗ്ഗങ്ങളും ഒരു സാധകനെ ആത്മാനുഭൂതിയിലേക്കു നയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

സ്തോത്രം :– ഇത്, ഭക്ത്യാവേശത്തോടും അശ്രുധാരയോടും മനഃപ്രസാദത്തോടും കൂടി ഈശ്വരമാഹാത്മ്യങ്ങളെ വർണ്ണിക്കുന്ന സ്തോത്രപഠനമൊ, മന്ത്രോച്ചാരണമോ ആകുന്നു.

ജപം :– ഇത് മനസ്സുകൊണ്ടോ, നാവുകൊണ്ടുച്ചത്തിലോ, ഇഷ്ടദേവതയുടെ നാമമോ, ഈശ്വരനാമങ്ങളോ, പ്രണവം മുതലായ മന്ത്രാക്ഷരങ്ങളോ ഒരു ഭക്തൻ ജപിക്കുന്നതിനുള്ള പേരാകുന്നു. നാമം അല്ലെങ്കിൽ മന്ത്രം സാധകം ചെയ്യുമ്പോൾ, അറിയാതെ തന്നെ സാധകന്റെ മനസ്സു ചിലപ്പോൾ വ്യതിചലിക്കുകയോ ശ്രദ്ധകുറയുകയോ ചെയ്കയും മറ്റു ചിലപ്പോൾ മനസ്സു ആന്തരത്തിൽ എത്തി ശ്രദ്ധ ഏകാഗ്രതയിൽ സ്ഥിതിചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നു. മനസ്സിന്റെ മേൽപറഞ്ഞ ഭാവഭേദത്തെ പറ്റി ഭക്തനറിയുവാൻകൂടി ചിലപ്പോൾ സാധിക്കാത്തത് ഇതിനുള്ള ഒരു ന്യൂനതയാകുന്നു.

ധ്യാനം:– ഇത് മനഃപൂർവ്വമായും ഭക്ത്യാവേശത്തോടും ചെയ്യുന്ന ജപത്തിന്റെ സ്ഥിതിഭേദമാകുന്നു. ഈ സമയം സംഭാഷണം ചെയ്യുന്നത് മനസ്സാകുന്നു. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ ഈ സമയം മന്ത്രാക്ഷരങ്ങളോ ഈശ്വരന്റെ പുണ്യനാമങ്ങളോ ഉച്ചരിക്കുന്നത് മനസ്സിൽ

കൂടി മാത്രമാണല്ലോ. അപ്പോൾ മനസ്സിന്റെ സ്ഥിതിഗതികൾ ഭക്തൻ നല്ലപോലെ അറിയുന്നു. ഈ സാധകാവസരത്തിൽ വാഗിന്ദ്രിയം, അല്ലെങ്കിൽ നാവ്, മുതലായവ തീരെ വിശ്രമിക്കുന്നു. ഈ സ്ഥിതിയിൽ പ്രവർത്തകന്റെ മനഃസ്ഥിതി വ്യക്തമായി അനുഭവപ്പെടുന്നു. കാരണം അപ്പോൾ സ്വതെതന്നെ മനസ്സിനു പുറത്തേക്കുള്ള വ്യതി ചലനം ഇല്ലാതാകുന്നതിനുപുറമെ, അതുധ്യാനനിഷ്ഠയിൽ അടങ്ങുകയും ചെയ്യുന്നു. വേറെ പ്രകാരത്തിൽ പറ യുന്നതായാൽ മനസ്സ് സ്പർശനം മുതലായ ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെ വഴിക്ക് സഞ്ചരിക്കുകയോ, ധ്യാനത്തിൽ സ്ഥിരമായ് നില്ക്കുകയോ ചെയ്യുന്നില്ല. എന്നാൽ നേരെമറിച്ച്, സ്പർശേന്ദ്രിയങ്ങളുടെ വഴിക്ക് ആയത് സഞ്ചരിക്കുന്ന തായാൽ ധ്യാനത്തിൽ ഉറയ്ക്കുവാനും വഴിയില്ല അതു കൊണ്ട് ധ്യാനനിഷ്ഠയിലിരിക്കുന്ന ഒരുവന് മനസ്സിന്റെ ചേഷ്ടകളെ അപ്പപ്പോൾ അറിയുവാൻ കഴിയും. എന്നു മാത്രമല്ല ബാഹ്യത്തിൽ നിന്ന് വരുന്ന പുതിയ വിചാരങ്ങളെ അപ്പപ്പോൾ ഒതുക്കുവാനും, ധ്യാനത്തിൽ മനസ്സിനെ സ്ഥിരമായുറപ്പിപ്പാനും സാധിക്കുന്നതാകുന്നു. ആത്മാവിൽ സ്ഥിരബുദ്ധിയുണ്ടായാൽ മാത്രമെ ധ്യാനനിഷ്ഠ പൂർത്തി യാകുയുള്ളു.

ധ്യാനം എന്നത് മനസ്സിന്റെ ലഘുവായ ഒരു പ്രവൃത്തിയും ആയത് ചിന്തയുടെ ഉത്ഭവസ്ഥാനത്ത് എത്തുന്ന ഒന്നും ആകുന്നു. ആ ചിന്താശക്തിയ്ക്കുള്ള ഏറ്റവും ഇറക്കവും എളുപ്പത്തിൽ അറിയത്തക്കതുമല്ല. മനസ്സ് ജാഗ്രത്തായിരിക്കുമ്പോൾ അതിനെ ഒതുക്കുവാൻ ചെയ്യുന്ന ശ്രമം സുഷുപ്തിയുടെ അവസ്ഥയാണെന്ന് വിചാരിക്കരുത്.

യോഗം :- ഇതിൽ അടങ്ങിയതത്വം എന്തെന്നാൽ ചിന്തയുടെയും ശ്വാസം അല്ലെങ്കിൽ പ്രാണങ്ങളുടെയും ഉത്ഭവസ്ഥാനം ഒന്നാണെന്നാകുന്നു.

ചിത്തവായവശ്ചിൽക്രിയായുതാഃ
ശാഖയോർദ്ധയീശക്തിമൂലകാ

ഉ.സാ
41

സാരം :- മനസ്സിന്റെ പ്രവൃത്തിയോടുകൂടിയ ശക്തിയും പ്രാണവായുവിന്റെ ശക്തിയും ഒരേ ഉത്ഭവ സ്ഥാനത്തു നിന്നു പുറപ്പെട്ട രണ്ടു കൊമ്പുകളാകുന്നു. (ഉ.സ.12) അതുകൊണ്ട് മുൻപറഞ്ഞ രണ്ടുശക്തികളിൽ ഏതെങ്കിലും ഒന്നിനെ നല്ലവണ്ണം അടക്കി സ്വാധീനപ്പെടുത്തിയാൽ മറ്റുള്ളത് സ്വതവെ സ്വാധീനമാകുന്നതാണ്.

വായുരോധനാല്ലീയതേമനഃ
ജാലപക്ഷിവദ്രോധസാധനം

സാരം:-വായുവിനെ മനസ്സിൽ ഒതുക്കാൻ സാധിക്കുമെങ്കിൽ, വലയിൽപ്പെട്ട പക്ഷിയെപ്പോലെ ക്രമേണ മനസ്സും ഒതുങ്ങുന്നതാണ്.

അതിനാൽ യോഗാഭ്യാസം എന്നത് ശ്വാസോച്ഛ്വാസങ്ങളെയും മറ്റു ശക്തികളെയും പ്രാണായാമം മുതലായവ ചെയ്ത് മനോലയം അല്ലെങ്കിൽ മനസ്സിനെ ഒതുക്കുക മുതലായവ ചെയ്യുന്നതിനെ ആസ്പദിച്ചിരിക്കുന്നു.

1. യേഷാംനൈതേനവിധിനാശക്തിഃ കുംഭകസാധനേ
ഹഠയോഗവിധാനേനതേഷാം കുംഭകമിഷ്യതേ
2. ഏകദാ രേചകം കുര്യാൽകുര്യാൽ പൂരകമേകദാ
കുംഭകന്തുചതുർവ്വാരം നാഡീശുദ്ധിർഭവേത്തതഃ
3. പ്രാണോ നാഡീഷു ശുദ്ധാസുനിരുദ്ധഃ ക്രമശോഭവേൽ
പ്രാണസ്യസർവ്വഥാ രോധഃ ശുദ്ധം കുഭമുച്യതെ
4. ജപേന വാഥമന്ത്രാണാം മനസോനിഗ്രഹോഭവേൽ
മാനസേന തദാ മന്ത്രപ്രാണയോരേകതാഭവേൽ
5. മന്ത്രാക്ഷരണാം പ്രാണേനസായുജ്യം ധ്യാനമുച്യതേ
സഹജസ്ഥിതയേ ധ്യാനം ദൃഢഭൂമിപ്രകല്പതേ.

ര.ഗീ. VI. 6,7,8,10,11

സാരം :- വായുവിനെ അടക്കി കുംഭകം സാധിക്കാൻ കഴിയാത്തവർക്ക് ഹഠയോഗം വഴിക്ക് കുംഭകം ശരിപ്പെടുത്താം. രേചകം, പൂരകം ഇവ രണ്ടും ഓരോ മാത്രയും കുംഭകം നാലിരിട്ടിയും ചെയ്യുക. എന്നാൽ നാഡിശുദ്ധി ഉണ്ടാകും പരിശുദ്ധമായ നാഡികളിൽ പ്രാണവായു ക്രമത്തിൽ ബദ്ധമാകും. പ്രാണന്റെ ബദ്ധഭാവത്തെയാകുന്നു പരിശുദ്ധകുംഭകം എന്നു പറയുന്നത്. മന്ത്രജപം കൊണ്ടും മനസ്സടങ്ങും. മന്ത്ര ജപസമയം മന്ത്രപ്രാണങ്ങൾ മനസ്സോടു ചേരുന്നു. മന്ത്രാക്ഷരങ്ങൾക്ക് പ്രാണനോടുള്ള ചേർച്ചയെ ധ്യാനമെന്നു പറയുന്നു. സഹജസ്ഥിതിക്ക് ധ്യാനം തന്നെ പ്രധാനം.

മേല്പറഞ്ഞ വിവരണം കൊണ്ട് മനസ്സിന്റെയും പ്രാണന്റെയും സംയോഗം ധ്യാനമാണെന്നും ആയത് ശരിയായ് സാധകം ചെയ്താൽ സഹജസ്ഥിതിയിലെത്താമെന്നും വ്യക്തമാകുന്നു. മനോലയം മാത്രം ചെയ്താൽ മനസ്സിന് ഉദ്ധാരണം ഉണ്ടാകുകയും ആ വഴിക്കുള്ള നിരന്തര പരിശ്രമം കൊണ്ട് ഒരുവന് മനോനാശത്തെ പ്രാപിക്കുകയും ചെയ്യാം.

ലയവിനാശനേ ഉഭയരോധനേ
ലയഗതം പുനർഭവതിനോമൃതം.

ഉ.സ.13

സാരം:- ലയവും, വിനാശവും ഒന്നല്ല. ലയം എന്നത് ഒതുക്കിവെച്ചിരിക്കുന്ന സ്ഥിതിയാണ്. അത് വീണ്ടും പൊന്തിവരത്തക്കതാകുന്നു. എന്നാൽ നശിച്ചമനസ്സ് ഒരിക്കലും പൊന്തിവരികയില്ല.

അതിനാൽ എപ്പോഴെങ്കിലും മനസ്സ് മനോലയ സ്ഥാനത്തുനിന്ന് പുറത്തേക്കു സഞ്ചരിക്കുമ്പോൾ ആത്മവിചാരം മുതലായ സാധകങ്ങൾ ചെയ്ത് അതിനെ മുൻപറഞ്ഞ സ്ഥിതിയിൽ ആക്കേണ്ടതാകുന്നു.

ജ്ഞാനം:– ജ്ഞാനം എന്നത് ധ്യാനം അല്ലങ്കിൽ ആത്മവിചാരം മുതലായ സാധനകളെ ഇടവിടാതെ ചെയ്ത് മനസ്സിനെ ആത്മാവോട് അല്ലെങ്കിൽ ആ പരമ പുരുഷനോട് ലയിപ്പിക്കുകയും ആ വിധം മനസ്സിന്റെ പ്രവൃത്തികളെ തീരെ നശിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതാകുന്നു. മുൻ പറഞ്ഞ എല്ലാവഴികളും മനസ്സിന് സ്ഥിരതയും ബലവുമുണ്ടാക്കി ത്തീർക്കുന്നുവെങ്കിലും അവയെല്ലാം ഏകഫലമായ ആത്മാനുഭൂതിയെ അല്ലെങ്കിൽ ബ്രഹ്മസാക്ഷാ ൽക്കാരത്തെ സാധിപ്പിക്കുന്നു. ഭക്തിവഴിക്ക് സാധകം ചെയ്യുന്നവർക്ക് തങ്ങളുടെ മനസ്സ് ലയിക്കത്തക്കവിധം ഒരു സാധനയെ തിരഞ്ഞെടുത്ത് അതിൽ മനസ്സിനെ പതിപ്പിക്കാം. ധ്യാന ത്തിനായി പല സാധനകളും തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതുകൊണ്ട് ഉദ്ദിഷ്ട സ്ഥാനത്ത് മനസ്സെത്തുകയോ ഉദ്ദിഷ്ടഫലം സിദ്ധിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നില്ല. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ ആ അഭ്യാസത്തിന്റെ അവസാനത്തിൽ താൻ ആദ്യം തിരഞ്ഞെടുത്ത സാധനയിൽ മാത്രം മനസ്സ് സ്ഥിര പ്പെടുകയും മറ്റുള്ള സാധനകളെപ്പറ്റിയുള്ള വിചാരം തീരെ നശിച്ചു പോകുകയും ചെയ്യുന്നു. ധ്യാനസിദ്ധി അല്ലെങ്കിൽ ധ്യാനം കൊണ്ട് ആത്മസാക്ഷാൽക്കാരം ലഭിക്കുക എന്നത് മേൽപറഞ്ഞതു തന്നെയാകുന്നു.

ആത്മവിചാരം വഴിക്ക് പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്കും, അതിന്റെ അവസാനത്തിൽ ബ്രഹ്മസാക്ഷാൽക്കാരം ഉണ്ടാകുന്നു. ഇങ്ങനെ ഭക്തി, ധ്യാനം ഈ വഴികളിൽ ഉള്ള പ്രവർത്തകന്മാർക്ക് സിദ്ധിക്കുന്ന ഫലം ഒന്നായതിനാൽ ഒരു മുക്തിസാധകൻ അവശ്യം ചെയ്യേണ്ടത് മേല്പറഞ്ഞ വഴികളിൽ ഒന്നിനെ അതിജാഗ്രതയോടും നിരന്തരമായും ചെയ്ത് തന്റെ ഉദ്ദിഷ്ട സ്ഥാനത്തെ പ്രാപിക്കുകയാകുന്നു. അതുകൊണ്ട് ശ്രീ ഭഗവാന്റെ ഉപദേശമെന്തെന്നാൽ ശാസ്ത്രാദികളിൽ എത്രവലുതായ അഭ്യാസം ഉണ്ടായാലും അത് ഒരു സാധനപ്രാപ്തിക്ക് പര്യാപ്തമായിത്തീരുന്നില്ല എന്നും സാധനസിദ്ധിക്ക് അവശ്യം വേണ്ടത് ഉപാസന യാണെന്നും ആകുന്നു.

ന സംസിദ്ധിർ വ്വിജിജ്ഞാസോ: കേവലം ശാസ്ത്രചർച്ചയാ
ഉപാസനം വിനാസിദ്ധി ന്നൈർ വസ്യാദിതിനിർണ്ണയഃ

ര.ഗീ. I-12

സാരം :- മുമുക്ഷുക്കൾക്ക് ശാസ്ത്രാഭ്യാസം കൊണ്ടു മാത്രം മുക്തി സംഭവിക്കുന്നില്ല. ഉപാസന കൂടാതെ തീർച്ചയായും മുക്തി സിദ്ധിക്കയില്ല.

ഒട്ടും വ്യതിചലിക്കാതെ മനസ്സിനെ നിലനിർത്തി മന്ത്രജപമോ ഇഷ്ടദേവതോപാസനയോ ചെയ്യുന്നതു കൊണ്ടും ഒരു സാധകന് ആത്മസാക്ഷാൽക്കാരം സിദ്ധിക്കുന്നതാണ്. മനസ്സിനകത്തുകൂടി മന്ത്രജപം ചെയ്യുമ്പോൾ പുറത്തു കേൾക്കാത്തവിധം ശാന്തമായ് ഉത്ഭവിക്കുന്ന ആ ശബ്ദത്തിന്റെ ഉത്ഭവസ്ഥാനം സാധകൻ ആരാഞ്ഞറിയേണ്ടതാകുന്നു. തപസ്സെന്നത് ഇതാകുന്നു.

സഗുണോപാസന :- ആരംഭത്തിൽ നിർഗ്ഗുണോപാസന ചെയ്വാൻ അപ്രാപ്തരായവർക്ക് സഗുണോപാസനഫലവത്തായ ഒരു സാധകമാകുന്നു. എല്ലാ മതങ്ങളും ത്രിവിചാരാത്മകമായ ജഗത്, ജീവൻ, പരൻ എന്നവകളിൽ നിന്ന് ഉത്ഭവിക്കുന്നു.

ആരഭ്യതേജീവജഗൽപരാത്മ,
തത്വാഭിധാനേനമതംസമസ്തം
ഇദംത്രയംയാവദഹംമതിഃസ്യാൽ
സർവ്വോത്തമാഹംമതി ശൂന്യനിഷ്ഠം.

സാരം:- ജീവൻ, ജഗത്, പരൻ ഇവകളിൽ നിന്നാണ് എല്ലാ മതങ്ങളും ഉത്ഭവിക്കുന്നത്. അഹങ്കാരം ഉള്ളപ്പോൾ ഈ മൂന്നും സത്തായി തീരുന്നു. എന്നാൽ ആത്മനിഷ്ഠയിൽ സ്ഥിതി ചെയ്യുമ്പോൾ അഹങ്കാരം നശിക്കുകയു ചെയ്യുന്നു.

സദ്-4.

ഭക്തന് മേൽപറഞ്ഞവിധം ജീവാത്മാവിനോട് ഐക്യതയുണ്ടാകുമ്പോൾ ആ ജീവൻ സാക്ഷാൽ പരമാത്മാവിനെ അല്ലെങ്കിൽ പരബ്രഹ്മത്തിനെ ദുഃഖങ്ങളെ

തീർത്ത് സങ്കടങ്ങളിൽ നിന്ന് ഉദ്ധാരണം ചെയ്യുവാൻ നിശ്ചയമായും ആശ്രയിക്കുവാൻ സംഗതി വരുന്നു.

പരിച്ഛിഹ്നംയദാത്മാനം സ്വല്പജ്ഞഞ്ചാപി മന്യതേ
ഭക്തോ വിഷയിരൂപേണ തദാക്ലേശനിവൃത്തയേ

ര.ഗീ.16–5

സാരം:– തന്നെ അറിവുള്ളവനും അല്പജ്ഞനും ജീവരൂപനുമായ് വിചാരിയ്ക്കുന്ന ഭക്തൻ തന്റെ ദുഃഖ നിവൃത്തിക്കായി പരമാത്മാവിനെശരണം പ്രാപിക്കുന്നു.

ഇങ്ങിനെ ആ ഭക്തൻ താൻ ഉപാസനചെയ്യുന്നതും സർവ്വവ്യാപിയും സർവ്വശക്തനുമായ ഈശ്വരനെ പരമ ഭക്തിയോടു കൂടി നാമരൂപങ്ങളോടു കൂടിയവനായ് സങ്കല്പിക്കുകയും അദ്ദേഹത്തിന്റെ ശ്രദ്ധയ്ക്കും രക്ഷ യ്ക്കും വേണ്ടി ആശ്രയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇങ്ങനെ നാമരൂപവിഹീനനായ ആ പരമാത്മാവിനെ നാമരൂപാ ന്വിതനായ് സങ്കല്പിച്ചിട്ട് ആ ഭക്തൻ നാമരൂപാത്മകമായ ലോകദുഃഖങ്ങളിൽ നിന്ന് രക്ഷപ്പെടുന്നു.

വ്യാപകം പരമം വസ്തു ഭജതേ ദേവതാധിയാ
ഭജംശ്ചദേവതാബുദ്ധ്യാ തദേവാന്തേ സമശ്നുതേ
ദേവതായ നരശ്രേഷ്ഠ നാമരൂപപ്രകല്പനാൽ
താഭ്യാന്തുനാമരൂപാഭ്യാം നാമരൂപേ വിജേഷ്യതി.

ര.ഗീ.17–6–7

സാരം :– പരിപൂർണ്ണനായ പരമാത്മാവിനെ ദൈവ മായ് വിചാരിച്ച് ഭക്തൻ ഭജിക്കുന്നു. അങ്ങനെ ഈശ്വര ബുദ്ധിയോടെ ഭജിച്ച് ഒടുവിൽ ഭക്തൻ അതോടുകൂടി ലയി ക്കുന്നു. ഈശ്വരന് നാമരൂപങ്ങളെ സങ്കല്പിച്ച് ഉപാസന ചെയ്യുന്ന ഭക്തൻ ഒടുവിൽ നാമരൂപങ്ങളാൽ തന്നെ അവയെ നശിപ്പിച്ച് ഈശ്വരനെ നാമരൂപവിഹീനനായറിയുന്നു.

ഇങ്ങനെ ഭക്തൻ ധ്യാനത്തിനുവേണ്ടി തന്റെ മൂർത്തി ക്ക് നാമരൂപങ്ങളെ കല്പിക്കുന്നു എങ്കിലും ആ മൂർത്തി സർവ്വവ്യാപിയും ശാശ്വതനുമാണെന്നുള്ള ബുദ്ധി ആ

സാധകന്റെ മനസ്സിൽ എപ്പോഴുമുണ്ട്. ഇങ്ങനെ ഉപാസന ചെയ്ത് തന്റെ പരമഭക്തി നിമിത്തം ആ പരമപുരുഷനോട് തനിക്കു സായൂജ്യം ലഭിക്കുമ്പോൾ തന്റെ നിസ്സാരങ്ങളായ ചിന്തകൾ തീരെ നശിച്ച് താനും ആ പരമപുരുഷനും ഒന്നാണെന്നുള്ള ദൃഢനിശ്ചയമുണ്ടാകുന്നു.

വേഷഹാനതഃസ്വാത്മദർശനം
ഈശദർശനം സ്വാത്മരൂപതഃ

ഉ.സാ.25

സാരം :– തന്റെ ഭേദങ്ങളായ ഉപാധികളെ വിട്ട് താൻ ആരെന്നറിയുന്നതാകുന്നു ഈശ്വരദർശനം താൻ ഈശ്വര നായ് പ്രകാശിക്കുന്നതുകൊണ്ട് തന്റെ ദർശനം ഈശ്വര ദർശനം തന്നെ. അതുകൊണ്ട് പരമാർത്ഥത്തെ അറിവാൻ ഒരു ഭക്തൻ ആശ്രയിക്കേണ്ട ശരിയായ വഴി ആത്മവിചാരം മാത്രമാകുന്നു. മറ്റെല്ലാമാർഗ്ഗങ്ങളും ആത്മവിചാരത്തിൽ ലയിക്കുന്നു.

ഭാവശൂന്യസദ്ഭാവസുസ്ഥിതിഃ
ഭാവനാബലാൽ ഭക്തിരുത്തമാ
ഹൃൽസ്ഥലേമനഃസ്വസ്ഥതാക്രിയാ
ഭക്തയോഗബോധാശ്ചനിശ്ചിതം.

ഉ. സാ. 9–10

സാരം:– പരമപുരുഷധ്യാനം കൊണ്ട്, തീവ്രമായ ഭക്തിവഴിക്കും നിസ്സാരങ്ങളായ ചിന്തകളെയെല്ലാം നശി പ്പിക്കുന്നതാകുന്നു പരമഭക്തിയുടെ തത്വം. കർമ്മം, ഭക്തി, യോഗം, ജ്ഞാനം ഈ വക മാർഗ്ഗങ്ങൾ ഉപദേശിക്കുന്നത് എന്തെന്നാൽ ചിന്തകളെ ഹൃദയത്തിലാക്കി അവിടെ ഒതുക്കേണമെന്നതാകുന്നു.

ഈ വഴിക്ക് സാധകം ചെയ്യുന്ന ഭക്തൻ എല്ലാ കർമ്മങ്ങളേയും ഉപേക്ഷിക്കേണമെന്നില്ല. നിഷ്ക്കാമമായ് ചെയ്യുന്ന കർമ്മങ്ങൾ ഭക്തന്റെ മനസ്സിനെ പരിശുദ്ധ മാക്കുവാൻ പര്യാപ്തമായിത്തീരുന്നു. (ഭ.ഗീ.VII-14 മുൻ വിവരിച്ചിട്ടുണ്ട്) മേൽപ്രകാരമുള്ള അഭ്യാസം കൊണ്ട്

സാധകന്റെ മനോവാക്ക് കർമ്മം ഇവയിലുള്ള മാലിന്യ മെല്ലാം തീരെ നശിച്ച് അവ ഏറ്റവും നിർമ്മലങ്ങളായ് പരിണമിക്കുന്നു.

യൽകർമ്മസുകൃതംപ്രോക്തം മനോവാക്കായസംഭവം
തത്തു കർമ്മാന്തരം ഹന്തി മനോവാക്കായ സംഭവം.

ര.ഗീ. VII-15

സാരം:-മനസ്സ്, വാക്ക്, ദേഹം ഇവകൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന സൽകർമ്മങ്ങൾ മനോവാക്ക് കായങ്ങളാലുണ്ടായ ദുഷ് കർമ്മങ്ങളെ നഷ്ടമാക്കുന്നു.

എന്നാൽ ആത്മവിചാരം ചെയ്യുവാൻ തക്ക അധികാരി ആരാകുന്നു ? ആരംഭത്തിൽ പുരുഷൻ, സ്ത്രീ, വിദ്വാൻ, അവിദ്വാൻ എന്നിങ്ങനെ എല്ലാവരും ആത്മവിചാരം ചെയ്യു വാൻ അർഹന്മാരാകുന്നു. ജാതി, മതം, വർഗ്ഗം മുതലായ യാതൊരു ഭേദങ്ങളും അതിന്നില്ല. എന്നാൽ ആത്മവിചാരം ആരംഭിക്കാൻ മേൽപറഞ്ഞ എല്ലാവർക്കും അർഹതയു ണ്ടെങ്കിലും അതിനാവശ്യമായ സാധനകൾ സിദ്ധിച്ചവർക്ക് മാത്രമെ ആ കാര്യത്തിൽ ഉപരിയായ് പ്രവൃത്തിപ്പാൻ കഴിയുകയുള്ളു. അതിനാൽ ആത്മവിചാരം ചെയ്യുന്ന ഭക്തൻ മേൽപറഞ്ഞ സംഗതികളെ വിവേചനം ചെയ്ത് ആരാഞ്ഞറിഞ്ഞ് ആ വഴിക്ക് സ്ഥൂലശരീരത്തിന്റെ നശ്വര തയും ഇന്ദ്രിയസുഖങ്ങളുടെ വിരക്തതയും ഉറപ്പായി സ്വാധീനപ്പെടുത്തേണ്ടതാകുന്നു.

ഉപാസനാദിഭിഃ ശുദ്ധം പ്രാക്ജന്മസുകൃതേനവാ
ദൃഷ്ടദോഷം മനോ യസ്യ ശരീരേ വിഷയേഷുച
മനസാ ചരതോ യസ്യ വിഷയേഷ്വരുചിർഭൃശം
ദേഹേ ചാനിത്യതാബുദ്ധിസ്തം പ്രാഹുരധികാരിണം
ദേഹേ നശ്വരതാ ബുദ്ധേർവൈരാഗ്യാദ്വിഷയേഷുച
ഏതാഭ്യാമേവലിംഗാഭ്യാം ജ്ഞേയാ സ്വസ്യാധികാരിതാ.

ര.ഗീ.അ. VII-9,10,11.

സാരം :– ഉപാസനാദികളാലോ ജന്മാന്തര പുണ്യ ത്താലോ മനഃശുദ്ധിവന്ന് ദേഹത്തിലും വിഷയങ്ങളിലും ദോഷദൃഷ്ടി തോന്നുന്നുണ്ടോ, മനസ്സുകൊണ്ട് ജീവിക്കുന്ന ഏവന് വിഷയങ്ങളിലരുചിയും ദേഹത്തിൽ നശ്വര ബുദ്ധിയും സിദ്ധിച്ച അവനെ അധികാരിയെന്നു പറയുന്നു. ദേഹത്തിൽ അശാശ്വത ബുദ്ധിയും വിഷയവിരക്തിയും ഉണ്ടായാൽ ആത്മവിചാരത്തിന് താൻ അർഹനാണെന്ന് ഒരുവന് തീർച്ചപ്പെടുത്താം.

ആത്മവിചാരം കൊണ്ട് ഒരു സാധകന് മേല്പറഞ്ഞ അപൂർവ്വസിദ്ധികൾ ഉണ്ടാകുവാൻ വഴിയുണ്ടെന്ന് മുൻ വിവരിച്ച സംഗതികളെക്കൊണ്ട് നാം വ്യക്തമായ് അറിയുന്നു. ശ്രീ ഭഗവാന്റെ ഉപദേശങ്ങൾക്കുള്ള പ്രത്യേകമഹിമ മേൽപറഞ്ഞ സംഗതികളിൽ ലയിച്ചു കിടക്കുന്നു. അതുകൊണ്ട് ഒരുവന് ആത്മസാക്ഷാൽക്കാരം സിദ്ധിക്കുകയോ, ഉദ്ദിഷ്ടസ്ഥാനത്ത് എത്തുകയോ ചെയ്യു വാൻ വേണ്ട സിദ്ധിയുണ്ടാകേണമെങ്കിൽ അതിനുമുമ്പായ് അനേകം പ്രാവശ്യം സംസാരസമുദ്രത്തിൽ മുങ്ങിപ്പൊങ്ങി ജനനമരണാദി ദുഃഖങ്ങൾ അനുഭവിക്കേണമെന്നോ മറ്റോ ഉള്ള പരിതാപങ്ങൾക്ക് ആർക്കും അവകാശമില്ലാത്ത താകുന്നു. എന്നാൽ ആ സാധകന്റെ പ്രധാനകർത്ത വ്യകർമ്മം എന്തെന്നാൽ തന്റെ അഭ്യാസത്തിൽ അത്യന്തം സ്ഥിരതയും അതിശ്രദ്ധയും ഉണ്ടായിരിക്കേണ്ടതാകുന്നു.

എന്നാൽ ആത്മവിചാരം ചെയ്യേണ്ട മാർഗ്ഗം എന്തായിരിക്കണം ? ആത്മവിചാരം എന്നാൽ എന്ത്? ഇതിന്റെ സൂക്ഷ്മം "ഞാൻ ആര്?" എന്ന ചോദ്യം ചെയ്യുന്നതിലും അതിനുള്ള സമാധാനം ആരാഞ്ഞറി യുന്നതിലും സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നു. ആരംഭത്തിൽ ഒരുവന്റെ വെറും ചിന്തകൾ ഈ ചോദ്യത്തിലെ തത്വങ്ങളെ ഗ്രഹിപ്പാനുള്ള അന്വേഷണങ്ങൾക്ക് സഹായിയായ് ഭവിക്കുന്നു. ഈ ചോദ്യത്തിന് സമാധാനമായ് സാധാരണ ഒരു മനുഷ്യൻ തന്റെ ശരീരത്തെ ചൂണ്ടിക്കാണിച്ച് ഞാൻ അങ്ങനെയുള്ളവൻ, ഇങ്ങനെയുള്ളവൻ എന്നൊ പറയു

മായിരിക്കാം. എന്നാൽ വീണ്ടും അല്പം ചിന്ത ചെയ്താൽ ഈ കാണുന്ന സ്ഥൂലശരീരം താനല്ലെന്ന് അദ്ദേഹം സമ്മതിക്കും. കാരണം അതിനെ എന്റെ ശരീരമെന്ന് അയാൾ വിളിക്കുന്നു. ആ സാധനത്തിന്റെ ഉടമസ്ഥനായ ഞാനെന്നത് തന്റെ കൈവശമുള്ള വേറൊരു വസ്തുവാണെന്നുള്ള നിലയിൽ [illegible] ആയിത്തീരുന്നു. എന്നു മാത്രമല്ല തന്റെ സ്ഥിതിഗതികളും മറ്റും ആ ശരീരത്തോട് താരതമ്യപ്പെടുത്തിപ്പറവാനും അയാൾക്ക് തരമില്ല. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ തന്റെ ശരീരം ബാല്യാവസ്ഥയിൽ നിന്ന് വാർദ്ധക്യാവസ്ഥയിലെത്തിയ പോലെ തന്റെ ജീവിതാവസ്ഥകൾക്കും പലപ്പോഴും മാറ്റങ്ങളുണ്ടായിട്ടുണ്ട്. അങ്ങിനെയാണെങ്കിലും അയാൾ എപ്പോഴും ഒരേ നിലയിൽ തന്നെ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നു.

എന്നാൽ 'ഞാൻ' എന്നത് എന്താകുന്നു?' അത് തീർച്ചയായും അയാളുടെ മനസ്സല്ല. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ മനസ്സിനെ പ്രവൃത്തിപ്പിക്കുന്നതും അതിനുപരിയായും ഉള്ള മറ്റൊരുവസ്തുവുണ്ട്. അയാൾ തന്റെ ചിന്തകളിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തനാകുന്നു. അതുകൊണ്ട് 'ഞാൻ' എന്നാൽ എന്താകുന്നു എന്ന ചോദ്യമുത്ഭവിക്കുന്നു. അഹം എന്ന ആ ബുദ്ധി എവിടെ നിന്ന് ഉത്ഭവിക്കുന്നു ? ഒരുവന്റെ ആത്മാവിനെഅറിവാനുള്ള ഈ പരിശ്രമം അദ്ദേഹത്തെ ജ്ഞാനസിദ്ധിയിലേക്ക് നയിപ്പിക്കുന്നു. ആയത് ആത്മാവിന്റെ പ്രകൃതിയെയോ ഈശ്വരനെയോ, ലോകത്തിനെയോ അറിവാനുള്ള ചിന്തയല്ല. വെറും ചിന്തയോ ബുദ്ധിയോ അഹം എന്ന ജ്ഞാനത്തെ ഉണ്ടാക്കുവാൻ പര്യാപ്തമാകുന്നില്ല. അതുകൊണ്ട് ഞാൻ എന്നാലെന്ത് എന്ന് അറിവാനുള്ള വിചാരം ഒരു സത്യാന്വേഷിയെ പരമാർത്ഥത്തിലേക്ക് നയിക്കുവാൻ പലവിധത്തിലും സഹായിക്കുന്നു.

അഹമയം കുതോ ഭവതിചിന്വതഃ
അയിപതത്യഹം നിജവിചാരണം

ഉ.സാ.19.

സാരം:– ഞാൻ എന്ന വിചാരം എവിടുന്നുണ്ടാകുന്നു എന്ന് മനസ്സുകൊണ്ട് വളരെ ജാഗ്രതയോടെ അന്വേഷിച്ചാൽ അതുതന്നെയാകുന്നു ജ്ഞാനവിചാരം.

ഇനിയത്തെ പദ്ധതി ചിന്തകളുടെ ഉത്ഭവത്തെ തന്നെ അറിവാനുള്ള അന്വേഷണമാകുന്നു. ഈ സ്ഥിതി എത്തണമെങ്കിൽ അനേകസാധനകളെ സിദ്ധി വരുത്തേണ്ടതാണ്. ഇതിലേക്ക് ഒരു ജീവൻ മുക്തന്റെ പരിശുദ്ധമായ സാന്നിധ്യമോ, അദ്ദേഹത്തിന്റെ കരുണയോ അമൂല്യങ്ങളായ സഹായങ്ങളാകുന്നു.

സഹവാസേന മഹതാം സതാമാരൂഢചേതസാം

ക്രിയമാണേന വാനിത്യം സ്ഥാനേലീനം മനോഭവേൽ

ര.ഗീ.അ.6–12

സാരം:–സദ് വസ്തുവിൽ ലീനമായ മനസ്സോടു കൂടിയ മഹാത്മാക്കളുടെ നിത്യസംഗമം കൊണ്ടും മനസ്സ് സ്വസ്ഥാനത്തിൽ ലീനമാകും.

ശ്രീ ഭഗവാന്റെ പരിശുദ്ധമായ സന്നിധിയിൽ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന ഒരുവന്റെ മനസ്സ് സാന്നിദ്ധ്യശക്തിയാൽ ശാന്തമാകുകയും അന്തരംഗത്തിന് ശാന്തിസിദ്ധിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ആ മഹാത്മാവിന്റെ സാന്നിദ്ധ്യം അനുഭവിക്കുവാൻ ഭാഗ്യാതിരേകം ഉണ്ടായ ഏതൊരുവനും പരമശാന്തതയുടെ സിദ്ധി ഒഴിച്ചുകൂടാത്തതാകുന്നു.

ആത്മവിചാരവും, ചിന്തകളുടെ ഉത്ഭവസ്ഥാനം കണ്ടുപിടിക്കാനുള്ള ശ്രമവും ഒരുവന്റെ മനസ്സിലെ ഏറ്റവും സാരങ്ങളായ ചിന്തകളാണെന്ന് ശ്രീ ഭഗവാൻ പലദിക്കിലും വിവരിച്ചിട്ടുണ്ട്. ആത്മാവ് അല്ലെങ്കിൽ പരമപുരുഷൻ ഒരുവന്റെ ഹൃദയകുഹരദേശത്തിൽ എപ്പോഴും അതിപ്രകാശത്തോടെ വിളങ്ങുന്നു. ഒരുവൻ ശരിയായും നിരന്തരമായുള്ള സാധനകൾ ചെയ്ത് ആത്മസാക്ഷാൽക്കാരം സിദ്ധിക്കേണ്ടതാണ്.

ഹൃദയകഹരമദ്ധ്യേ കേവലം ബ്രഹ്മമാത്രം
ഹ്യഹമഹമിതി സാക്ഷാദാത്മരൂപേണഭാതി
ഹൃദിവിശ മനസാ സ്വം ചിന്വതാ മജ്ജതാവാ
പവനചലനരോധാദാത്മനിഷ്ഠോഭവത്വം

ര.ഗ.അ. II 2

സാരം:- ഹൃദയഗുഹാമദ്ധ്യത്തിൽ ബ്രഹ്മം ഒന്നു മാത്രമാകുന്നു 'ഞാൻ -ഞാൻ' എന്ന പ്രത്യക്ഷ ആത്മാകാരമായ് പ്രകാശിക്കുന്നത്. മനസ്സുകൊണ്ട് അദ്ദേഹത്തെ അന്വേഷിച്ചോ മാനസത്തിൽ ആണ്ട് ആരാഞ്ഞറിഞ്ഞോ പ്രാണായാമം ചെയ്തോ മനസ്സിനെ ഹൃദയത്തിലെത്തിച്ച് ആത്മനിഷ്ഠ ചെയ്യേണ്ടതാകുന്നു.

മനസ്സിനെ ഒരുവന്റെ ആന്തരത്തിൽ സ്ഥിതി ചെയ്യിച്ച് പരമാർത്ഥത്തിന്റെ സാമീപ്യം സിദ്ധിച്ച് അതിക്ലേശം കൂടാതെ മനഃപൂർവ്വമായി മാത്രം ചെയ്യുന്ന ഈ ആത്മ വിചാരത്തെ ശ്രീ ഭഗവാൻ ഹൃദയവിദ്യയെന്ന് പേർ കല്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. ആത്മാവിനെ അറിയുക എന്നാൽ ആത്മാവിൽ സ്ഥിതിചെയ്യുക എന്നർത്ഥമാകുന്നു.

സൽപ്രത്യയാഃകിന്നുവിഹായസന്തം
ഹൃദ്യേഷചിന്താരഹിതോഹൃദാഖ്യാഃ
കഥംസ്മരാമസ്തമമേയമേകം
തസ്യസ്മൃതിസ്തത്രദൃഢൈവനിഷ്ഠാ.

സദ്ദർശനം 1

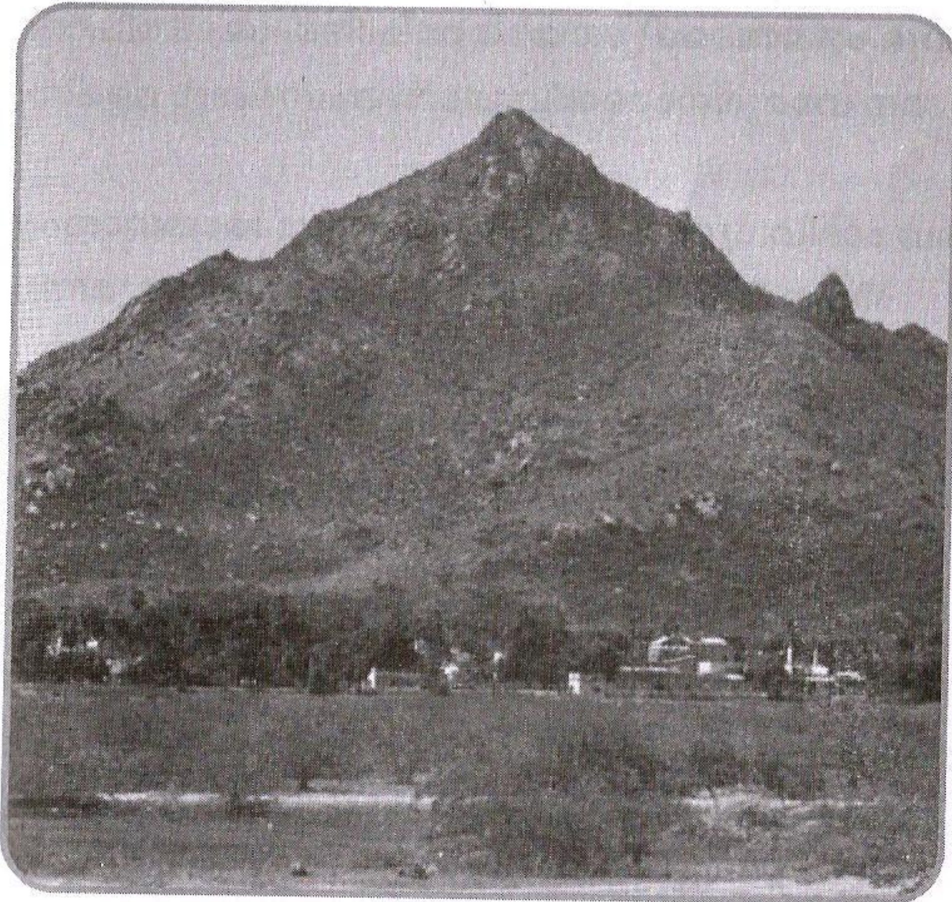
സാരം:- സത്തായ ഒരു വസ്തു ഇല്ലാതെ അതിനെപ്പറ്റിയുള്ള ചിന്ത ഉണ്ടാവാൻ വഴിയില്ല. ആ വസ്തു ചിന്താവിഹീനനായ് ഹൃദയാന്തരത്തിൽ സ്ഥിതിചെയ്യുന്നു. ഇങ്ങനെയുള്ള ഒരു വസ്തുവിനെപ്പറ്റി എവൻ എങ്ങനെ ചിന്ത ചെയ്യും. അതിനെപ്പറ്റി ചിന്തിക്കുക എന്നത് മനസ്സിനെ വ്യതിചലിക്കാതെ ഹൃദിസ്ഥമാക്കുക എന്നാകുന്നു.

ആത്മസംസ്ഥിതിഃസ്വാത്മദർശനം
ആത്മനിർദ്വയാദാത്മനിഷ്ഠതാ

ഉ.സാ.26

സാരം:-ആത്മദ്വയങ്ങളുടെ അഭാവത്താൽ, ആത്മജ്ഞാനമെന്നാൽ ആത്മസംസ്ഥിതിയാകുന്നു. മനസ്സിന്റെ ഈ സ്ഥിതിക്ക് തന്മയനിഷ്ഠയെന്നു പേർ പറയുന്നു.

*****



ഗുരുസ്തുതി

അരുണാചല രൂപേണ പരിണാമമുപാഗതം
തേജോമയം പരം ബ്രഹ്മജ്ഞാനായ മമ ജായതാം

യോ ബഭാണ അഭണന്നേവ മുനിഭ്യോ ബ്രഹ്മനിർദ്വയം
ദക്ഷിണാമൂർത്തയേ തസ്മൈ പ്രജ്ഞാനഗുരവേ നമഃ

സ്ഥാപിതം ബ്രഹ്മനിഷ്ഠേനയേനാ*f*ദ്വൈതമതം ഭുവി
തസ്മൈ ശങ്കരസംജ്ഞായ വിജ്ഞാനഗുരവേ നമഃ

അംശാവതാരഃ സ്കന്ദസ്യ വിശ്വാചാര്യോ വിദാം വരഃ
പ്രണമ്യതേ മഹാഭാഗോ രമണോ ഭഗവാൻ ഋഷിഃ

ദക്ഷിണാമൂർത്തി സാരംഭാം ശങ്കരാചാര്യ മദ്ധ്യമാം
രമണാചാര്യപര്യന്താം വന്ദേ ഗുരുപരംപരാം

ജയതു ഭരതക്ഷോണീഖണ്ഡം വിഷാദവിവർജിതം
ജയതു ഗണപസ്തസ്യ ക്ഷേമം വിദാതുമനാമുനിഃ
ജയതു രമണസ്തസ്യാചാര്യോ മഹർഷികുലാചലോ
ജയതു ച തയോർമാതാ പൂതാ മഹേശവിലാസിനി.

ആരതി

ത്വമേവ മാതാച പിതാ ത്വമേവ
ത്വമേവ ബന്ധുശ്ച സഖാ ത്വമേവ,
ത്വമേവ വിദ്യാദ്രവിണം ത്വമേവ
ത്വമേവ സർവ്വം മമദേവ ദേവ

അന്യഥാ ശരണം നാസ്തി
ത്വമേവ ശരണം മമ
തസ്മാത് കാരുണ്യഭാവേന
രക്ഷ രക്ഷ മഹാപ്രഭോ

കായേനവാചാ മനസേന്ദ്രിയൈർവാ
ബുദ്ധ്യാത്മനാവാ പ്രകൃതേർസ്വഭാവാത്
കരോമിയദ് യദ് സകലം പരസ്മൈ
നാരായണായേതി സമർപ്പയാമി

അസതോമാ സദ്ഗമയ
തമസോമാ ജ്യോതിർഗമയ
മൃത്യോർമാ അമൃതംഗമയ
ഓം ശാന്തിഃ ശാന്തിഃ ശാന്തിഃ

ഭഗവാൻ തന്റെ അമ്മയ്ക്ക് നൽകിയ ആദ്യത്തെ ലിഖിത ഉപദേശം

പൂർവ്വ ജന്മങ്ങളിലെ കർമ്മഗതിക്കനുസരിച്ച് വിധിക്കപ്പെട്ട പ്രാരാബ്ധ കർമ്മം ഓരോ ജീവാത്മാക്കൾ അനുഭവിക്കേണ്ടതായി വരുന്നു. എത്രതന്നെ ശ്രമിച്ചാലും വിധിയല്ലാത്തത് അനുഭവിക്കാൻ സാധിക്കുകയില്ല. അനുഭവിക്കേണ്ടത് എന്തോ എത്രതന്നെ തടഞ്ഞാലും അത് അനുഭവിക്കാതെയും നിർവ്വാഹമില്ല, നിശ്ചയം തന്നെ. അതുകൊണ്ട് വരുന്നതുവരട്ടെ എല്ലാം സഹിച്ച് മൗനം അവലംബിക്കുന്നതാണ് ശ്രേഷ്ടം.

– ഭഗവാൻ ശ്രീ രമണ മഹർഷി

ജഗത ഈശധീയുക്ത സേവനം
അഷ്ടമൂർത്തിഭൃദ്ദേവ പൂജനം

ഈശ്വര ബുദ്ധിയോടുകൂടി ലോകത്തെ സേവിക്കുന്നത്
അഷ്ടമൂർത്തീധരനായ ശിവനുള്ള പൂജയാണ്.

– ഭഗവാൻ ശ്രീ രമണ മഹർഷി

ഈ ലോകത്തിൽ എന്ത് നടക്കണമോ
അത് നടക്കുക തന്നെ ചെയ്യും.

എന്ത് നടക്കരുതെന്ന് ഈശ്വരൻ കരുതുന്നുവോ
അത് ഒരിക്കലും നടക്കില്ല.

– ഭഗവാൻ ശ്രീ രമണ മഹർഷി

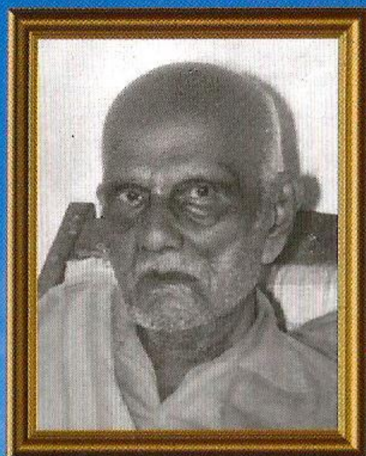
അരുണഗിരി ജയിക്കട്ടെ!
ജയിക്കട്ടെ ഭഗവാൻ ഋഷി
ജ്ഞാനദീപം ജ്വലിക്കട്ടെ!
സുഖം നേടട്ടെ സർവ്വരും

ലോകാഃ സമസ്താഃ സുഖിനോ ഭവന്തു.

ഓം ശാന്തിഃ ശാന്തിഃ ശാന്തിഃ

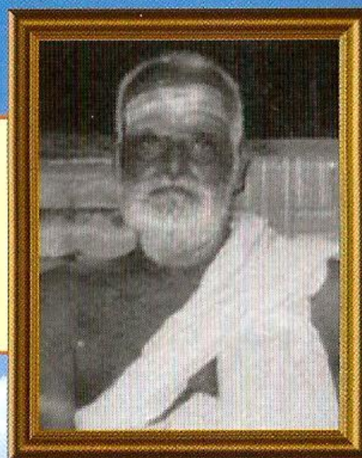


സ്മരിക്കപ്പെടേണ്ടവർ
The Holy Saints to be remembered



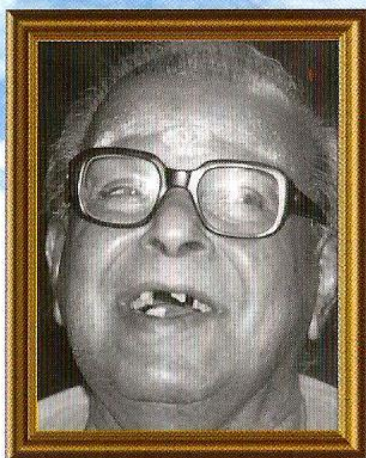
H.H.Swami Sureshanandaji Maharaj

Vijnana Ramaneeya Ashram,
Koppam, Palakkad.



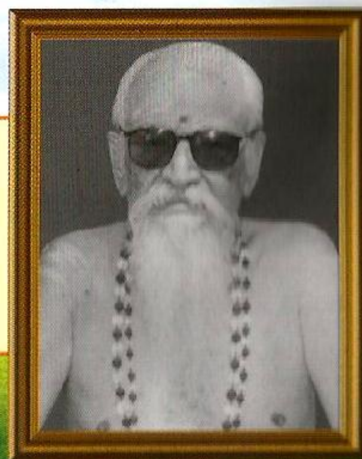
H.H.Srimad Kunjuswamiji Maharaj

Sree Ramana Ashram,
Thiruvannamalai.



H.H.Swami Mridanandaji Maharaj

Sree Ramakrishna Math
Puranattukara, Thrissur.



H.H.Swami Ramananandaji Maharaj

Sree Ramana Ashram,
Thiruvannamalai.